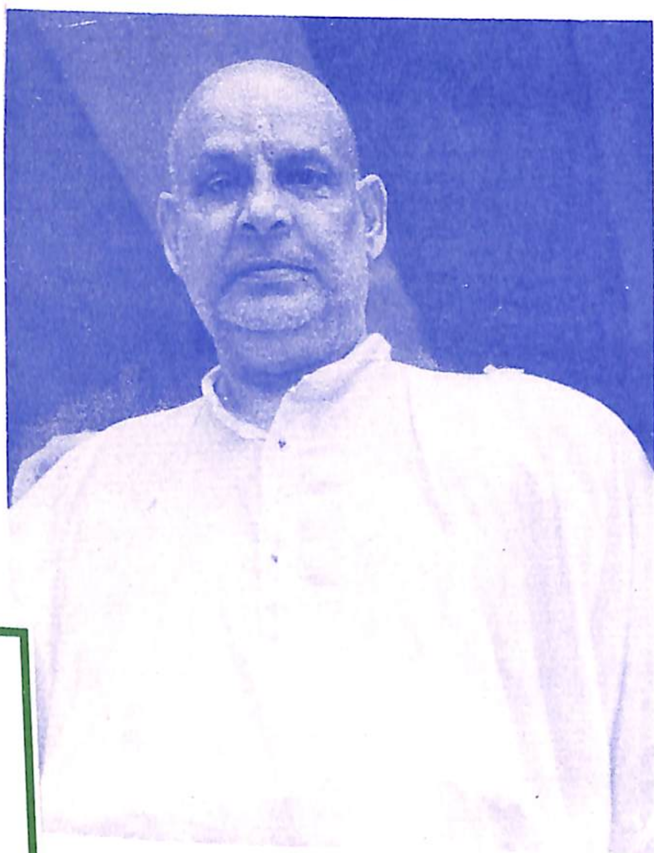
சாதன சதுஷ்டயம்

"SADHANA CHATUSHTAYA"



ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தா

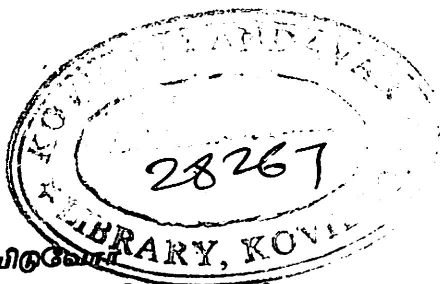
சாதன சதுஷ்டயம்

அருளியது

ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தா

தமிழாக்கம்

ஸ்ரீ சுவாமி தேஜோமயானந்தா



வெளியிடுவோர்

தெய்வீக வாழ்க்கைச் சங்கம்

சிவானந்தா ஆஸ்ரமம்

சுவாமி சிவானந்தா சாலை

இராசிபுரம் - சேலம் ஜில்லா

விலை] 1995 [ரூ. 15.00

FIRST EDITION 1969
SECOND EDITION 1984
THIRD EDITION 1995

Translated from
"SADHANA CHATUSHTAYA"
In Tamil

Printed out of the magnanimous donation of :-
Humble Devotees of
H.H. SRI SWAMI SIVANANDA

Printed at : The Orient Litho Press, Sivakasi - 626 123..

பிரசுரிப்போரின் குறிப்பு

சமீப காலத்தில் ஆன்மீகத் துறையில் பெரும் மறு மலர்ச்சி ஏற்பட்டிருக்கிறது. இந்தியாவிலும் வெளிநாடுகளிலும் உள்ள மக்கள் யோகத்தையும், வேதாந்தத்தையும் தீவிரமாகப் படிக்க ஆரம்பித்திருக்கின்றனர். ஆனால் நடைமுறையில், நவீன உலகில் வாழ்க்கையே துரிதகதிக்காளாகி இருப்பதைப்போல, யோகத்தைப் பயிலுவதிலும் கூட அத்தியாவசியத் தேவைகளைக் கவனிப்பதில் மன்னிக்கமுடியாத அவசரமும் கவனக்குறைவும் இருந்து வருவது காணப்படுகிறது. சாதகர் மனம் வாக்கிற்கப்பாற் பட்ட ஆத்மானுபூதியாகிய சாம்ராஜ்யத்தினுள் நுழைவதற்குப் பொறுமை இழந்தவர்களாக இருக்கின்றனர்; யோகத்தைப் பயிலுபவர்கள்"ஐகாக்ரியத்தையும் தியானத்தையும்" பழக ஆரம் பித்த ஒரு வாரத்தில் சமாதியில் நுழைய எதிர்பார்க்கின்றனர்.

மிக முக்கியத்துவம் வாய்ந்த அடிப்படைத் தயாரிப்பு வருந் தத்தக்க முறையில் அசட்டை செய்யப்படுகிறது. நமது பண்டைய ஆகம சாஸ்திரங்கள் இமய-நியமம் அல்லது சாதன சதுஷ்டயமா கின்ற இந்த ஆரம்பப் படிகளுக்கு மாபெரும் முக்கியத்துவத்தைக் கொடுத்திருக்கின்றன. ஸ்ரீமத் சுவாமி சிவானந்தஜீ மஹராஜ் அவர்களும், யோக மாணாக்கர்களை இதை அசட்டை செய்யா திருக்கும்படி முன்னெச்சரிக்கை செய்து வருகின்றார்; நற்பண் புகளை வளர்த்து தீய குணங்களை ஒழிக்கின்றதாகிய இந்த ஆரம்பப் படிகளிடத்தில் ஒரு சாதகன் எவ்வளவு அதிகம் கவனம் செலுத்துகிறானோ அவ்வளவு சீக்கிரம் அவன் லக்ஷியத்தை நோக்கி முன்னேறிச் செல்ல முடியும் என்று அவர் வெளிப்ப டுத்துகிறார்.

ஆகவே உண்மையான மனப்பூர்வமான மக்களுக்கு இந்தப் புத்தகம் ஒருவரப் பிரசாதமாகும். இது அவருக்கு யோகத்தில் வெற்றியடையும் வழியைக் காட்டுகிறது.

பொருளடக்கம்

சாதன சதுஷ்டயம்

அனுசரிக்க வேண்டிய நான்கு காரியங்கள்

ஞானயோக மார்க்கத்திலோ அல்லது இறைவனை நோக்கிப் பரிணாமமடைகின்ற எந்த ஒரு முறையிலோ உள்ள மாந்தர்களுக்கு சாதன சதுஷ்டயம் அல்லது விடுதலைக்கான நான்குவித மார்க்கங்கள் அல்லது நான்குவித ஆன்மீகப் பயிற்சிகள் ஆரம்ப தேவையாக இருக்கின்றன.

நான்கு மார்க்கங்கள் அல்லது யோக்கியதாம்சங்களாவன : விவேகம், வைராக்கியம், ஷட்–சம்பத், முமுக்ஷுத்வம்.

விவேகம் என்பது ஆத்மா, அனாத்மா; சத், அசத் (உண்மை, உண்மை அல்லாதது); நித்யம் அநித்யம் (நிலையானது, நிலையற்றது); த்ரின், த்ரிஷ்யம் (பார்ப்பவன், பார்க்கப்படும் பொருள்) ஆகியவற்றைப் பகுத்துணர்தலாகும். விவேகம் என்பது பகுத்தறிவுச் சக்தியாகும்.

வைராக்கியம் என்பது இந்திரிய வஸ்துக்கள் அல்லது இந்திரிய சுகத்திடம் உள்ள வெறுப்பைக் குறிக்கிறது.

''வைராக் யஸ்ய பலம் போதம், போதஸ்ய
பலம் உபரதி''

அதாவது வைராக்கியத்தின் பலன் அறிதல் அல்லது புரிந்து கொள்ளுதல். அறிதலின் பலன் எல்லையற்ற திருப்தி என்பதாம்.

பிரம்மா ஸத்யம் ஜகத் மித்யா ஜீவோ
பிரம்மா ஏவ ந அப ரஹ்

பிரம்மன் அல்லது பரம் பொருள்தான் உண்மை அல்லது சத்தியம். உலகம் பொய்யானது அல்லது உண்மையல்லாதது. ஜீவாத்மா பிரம்மனிலிருந்து வேறுபட்டதல்ல. வைராக்யத்தின் மூலம் உலகாயத வஸ்துக்களிடத்து உதிக்கின்ற ஞானம் இதுவே.

ஷட்-சம்பத் என்றால் அறுவித நற்குணங்கள் என்று பொருள். அவைகளாவன :— சமம், தமம், உபரதி, திதிக்ஷை, சிரத்தை, சமாதானம்.

சமம் என்பது சாந்தம். அதாவது ஆசைகளை ஒழிப்பதின் மூலம் மன அமைதி பெறுதல் என்பது பொருள். இது நிஸ்சலனம் அல்லது அமைதி என்றும் பொருள்படும். இது மன அடக்கத்தைக் குறிக்கிறது.

தமம் என்பது புலனடக்கம். இது புலன் நுகர்ச்சி சாதனங்களைக் கட்டுப்படுத்துவதைக் குறிக் கிறது.

உபரதி என்பது பரிபூரணப் பூரிப்பு அல்லது திருப்தி நிலையைக் குறிக்கிறது. இதைத் துறவின் மூலமாகத்தான் விருத்தி செய்ய முடியும்.

திதிட்சை என்பது பொறையுடைமை அல்லது சகிப்புச் சக்தியாகும். இது மனம், உடல் இரண் டிற்கும் உரியது. இது வாழ்க்கையின் எந்த நிலை யிலும் பொறுமையுடன் இருத்தலாகும். உஷ்ணம், குளிர்ச்சி; சுகம், துக்கம்; புகழ்ச்சி, இகழ்ச்சி முதலியவற்றைப் போன்ற எதிர்மறையான ஜோடி களைப் பொறுத்துக் கொள்வதாகும்.

சிரத்தை என்பது நம்பிக்கை. இது பரம்பொ ருள், சாஸ்திரங்கள், குரு, அவருடைய உபதேசங் கள் ஆகியவற்றில் நம்பிக்கை வைத்தலும் ஆகும்.

சமாதானம் என்பது சமமான மனோநிலை. இது மனத்தினுடைய ஐக்கியம் அல்லது ஒருமைப்பாடு

மாகும். அதாவது மனமானது புறத்தே சிதற லின்றி, லட்சியத்தில் மட்டும் ஒன்றியிருத்தலாகும்.

இவைகளே ஞானயோக மார்க்கத்தில் அல்லது பொதுவாக ஆன்மீக வாழ்வில் இருக்கவேண்டிய அறுவித நற்குணங்கள் அல்லது யோக்கியதாம் சங்களாகும்.

முமுக்ஷுத்வம் என்பது ஆத்மானுபூதி அடைவதற்கான தீவிரமான வேட்கையாகும். இது விடுதலைக்கான தகிக்கின்ற விருப்பமாகும்.

ஆத்மானுபூதிக்கான நான்கு வழிகளில் முமுக்ஷுத்வம் கடைசியாக இருக்கிறது.

விவேகமானது, இறைவனுடைய கருணையின் மூலம், முற்பிறப்பில் நற்கருமங்களை ஆண்டவனுக்குரிய அர்ப்பணமாக, பிரதிபலன் எதிர்பாராமல், ஆணவமின்றிச் செய்த ஒரு மனிதனிடத்தில் உதயமாகிறது. விவேகம் என்பது உண்மையையும் உண்மை அல்லாததையும், நிலையானதையும், நிலையற்றதையும் ஆத்மாவையும் அனாத்மாவையும் பகுத்தறிதலாகும்.

நீங்கள் முதலில் விவேகத்தையும், இவ்வுலக, மறு உலக வஸ்து போகங்களை அசட்டை செய்கின்ற வைராக்யத்தையும் விருத்தி செய்ய வேண்டும். அப்பொழுதுதான் ''சமத்தைப்'' பழகுவதில் வெற்றி கிட்டும். விவேகத்திலிருந்து பிறக்கின்ற வைராக்கியம்தான் நிலையான தன்மை உடையதாக இருக்கும். அப்பேர்ப்பட்ட வைராக்கியம்தான் உங்களுடைய ஆன்மீக சாதனையில் உங்களுக்கு உதவியாக இருக்கும். சொத்து நஷ்டம், மனைவி அல்லது மகனுடைய மரணம், போன்ற ஒரு காரணத்தினால் ஏற்படுகின்ற காரண வைராக்கியம் தற்காலிகமானதாகத்தான் இருக்கும். இதனால்

உங்களுக்கு எவ்விதப் பயனும் இல்லை. இது அமோனியாவைப்போல் ஆவியாகக் கூடியது.

சமம் என்பது இடைவிடாது வாஸனைகள் அல்லது ஆசைகளை ஒழித்துக் கொண்டிருப்பதன் மூலம் உண்டாக்கப்படுகின்ற உள்ள அமைதி யாகும். உங்களுடைய உள்ளத்தில் எப்பொழு தாவது உலக ஆசைகள் எழுந்தால் அவைகளைப் பூர்த்தி செய்ய முயற்சிக்க வேண்டாம். அவற்றை விவேகத்தின் மூலமாகவும், சரியான விசாரணை, வைராக்கியம் ஆகியவற்றின் மூலமாகவும் நிரா கரித்து விடுங்கள். உங்களுக்கு இடைவிடாத அப்பியாசத்தின் மூலம் உள்ள அமைதியும் மனோ பலமும் ஏற்படும். மனமானது மென்மையாக்கப் படுகிறது. மனம் அலைவதிலிருந்து நேரடியாக அடக்கப்படுகிறது. புறத்தே பாய்கின்ற அத னுடைய தன்மைகள் ஒடுக்கப்படுகின்றன. ஆசை கள் அழிக்கப்பட்டால் எண்ணங்களும் தாமாகவே இறந்து படுகின்றன. மனத்தினுடைய குறைபாடு களைத் தொடர்ந்து கவனித்து வருவதின் மூலமாக வும், பிரம்மத்திலே நிலைக்கச் செய்வதின் மூலமாக வும் அது கணக்கற்ற இந்திரிய வஸ்துக்களிலிருந்து பிரிக்கப்படுகிறது. சமம், தமம் ஆகியவற்றைப் பயிலுவதனுல் காதுகள், சருமம், கண்கள், நாவு, மூக்கு ஆகிய ஐந்து ஞான இந்திரியங்களும், வாக்கு, கைகள், கால்கள், ஜனனேந்திரியங்கள், குதம் ஆகிய கர்மேந்திரியங்கள் ஐந்தும் கட்டுப்படுத்தப் படுகின்றன. இந்த உறுப்புக்கள் ஒடுக்கப்பட்டு ஒழுங்கு படுத்தப்படுகின்றன.

கண்கள் ஒரு அழகான வஸ்துவைப் பார்க்க ஆசைப்படுகின்றன. அந்த வஸ்துவிலிருந்து நீங்கள் கண்களை உடனே பின்வாங்கச் செய்து கொண்டால் அது புலனடக்கம் என்று கூறப்படுகிறது. நீங்கள்

மற்றப் புலன்களையும் தீர்மானமான முயற்சியுடன் அடக்க வேண்டும்.

'தம'த்தைப் பயில வேண்டிய அவசியமில்லை. அது 'சம'த்தில் சேர்ந்திருக்கிறது. இந்திரியங்கள் தாமாக வேலை செய்ய முடியாது. அவை மனத்தோடு சேர்ந்துதான் வேலை செய்ய முடியும். மனத்தை அடக்கிவிட்டால் இந்திரியங்கள் தாமாகவே அடங்கிவிடும் என்று சிலர் கூறுகின்றனர்.

தமமும் அப்பியசிக்கப்பட்டால் மனம் மிகச் சுலபமாகக் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் வந்துவிடும். அது எதிரியை உள்ளேயும் வெளியேயும் இருந்து தாக்குகின்ற இரட்டைத் தாக்குதலைப் போன்றதாகும். தவறுகின்ற மனம் விரைவில் நசுக்கப்படுகிறது. அல்லது அடக்கப்படுகிறது. ஒரே சமயத்தில் முன்புற வாயிலும் பின்புற வாயிலும் மூடப்பட்டால் விரோதி உடனே பிடிபட்டுவிடுகின்றான். எப்பக்கத்திலும் அவனுக்குத் தப்ப வழி இல்லை. தமத்தைப் பயிலுவதின் மூலம் நீங்கள் இந்திரியத்தையோ மனத்தையோ பொருள்களோடு தொடர்பு கொள்ள விடுவதில்லை. புறக் காரணங்களின் மூலமாக, உதாரணமாகக் கண்கள், மனத்தை வஸ்துவின் ரூபத்தை அடைய நீங்கள் அனுமதிப்பதில்லை. ஆரம்ப சாதகர்களிடம் அவர்கள் கடுமையாகச் சமத்தை அப்பியசித்த போதிலும், மனம் ஒரு பொழுதும் ஆத்மனில் நிலைத்திருப்பதில்லை. அது புறப்பொருள்களிடம் ஓடுவதற்குத்தான் முயற்சி செய்கிறது. தமமும் பழக்கப்பட்டால் மனத்தை திறம்பட அடக்குவதற்கு அது பேருதவியாக இருக்கும். ஒரு குறும்புக்காரப் பையனுடைய கைகளை நீங்கள் கட்டினால், அவன் கால்களினால் குறும்பு செய்ய யத்தனிக்கின்றான். அவனுடைய கால்களும் கட்டப்பட்டு விட்டால் அவன் பேசாமலிருந்து விடுகின்றான். சமம் கைகளைக் கட்டுவதையும், தமம்

கால்களைக் கட்டுவதையும் ஒக்கும். ஆகவே தமத்தைப் பயிலுவதும் அவசியமாகும்.

பிரத்யாஹாரம் தமத்தைப் பயிலுவதை ஒத்தது பிரத்யாஹாரம் என்பது ராஜயோக மாணுக்கனுடைய பயிற்சி. தமம் என்பது ஞான யோக மாணுக்கனுடைய அப்பியாசம். பிற்கூறப் பட்டதில் அது சமத்தைப் பின் தொடர்ந்து வருகிறது; முற்கூறப்பட்டதில் பிராணயாம அப்பியாசத்தைத் தொடர்ந்து அது வருகிறது. இரண்டாவதில் மனத்தை அமைதிப் படுத்துவதின் மூலம் அல்லது அடக்குவதின் மூலம் இந்திரியங்கள் பின்னுக்கிழுக்கப்படுகின்றன. முன்னதில் பிராணவை அடக்குவதின் மூலம் இந்திரியங்கள் பின்னுக்கிழுக்கப் படுகின்றன. இரட்டை இழுப்பு முறை மூலம் இந்திரியங்கள் மிகவும் திறம்பட பின்னுக்கிழுக்கப்பட முடியும்; அதாவது ஒரே சமயத்தில் மனத்தையும், பிராணவையும் பின்னுக் கிழுத்தல். இந்திரியங்களை அசைய வைப்பது மனமேயாகும். இந்திரியங்களுக்கு உற்சாக மூட்டுவது அல்லது சக்தி கொடுப்பது அல்லது தெம்பூட்டுவது பிராண. சமமும் தமமும் ஒரு விதத்தில் அடிப்படையில் ராஜயோகப் பயிற்சிகளேயாம்.

இப்பொழுது நாம் உபரதியைப் பழகுவது பற்றிக் கவனிப்போம். சகல காரியங்களையும் துறந்து சந்நியாசத்தை மேற்கொள்ளுவது தான் உபரதி என்று சிலர் அதற்கு இலக்கணம் கூறுகின்றனர். உபரதியானது சமம், தமம் ஆகிய பயிற்சிகளுக்குப் பின் வருகிறது. உபரதி என்பது ஆத்ம நிக்ரஹம். புறப்பொருள்களின் தூண்டுதல்களையும் தாண்டி மனம் வேலை செய்யாதிருப்பதில் இது அடங்குகிறது. உபரதி என்பது வரம்பு கடந்த இந்திரிய நிக்ரஹம் ஆகும். இது போக வஸ்துக்களிடமிருந்து மனம் திரும்புதலாகும்.

உபரதியில் நிலைத்திருக்கும் மாணுக்கனுடைய மனம், அவன் ஒரு அழகான வஸ்துவைப் பார்க்கும் பொழுது இம்மியளவேனும் ஒரு பொழுதும் கலக்க மடையாது கவர்ச்சி என்பதே ஏற்படாது. அவன் ஒரு இள மங்கையைப் பார்க்கும்பொழுது, அவன் ஒரு மரம் அல்லது மரக்கட்டையைப் பார்க்கும் பொழுது என்ன உணர்ச்சி ஏற்படுகின்றதோ அதே உணர்ச்சிதான் ஏற்படும். அவன் ருசிகரமான பழங்களையோ அல்லது சுவையான தின்பண்டங் களையோ பார்க்கும்பொழுது அவன் தூண்டப்பட மாட்டான். அவனுக்கு அவைகளிடத்தில் ஆசை இருக்காது. அவனிடத்தில் எந்த ஒரு குறிப்பிட்ட வஸ்து அல்லது தின்பண்டத்தின் மீதும் ஏக்கம் காணமுடியாது. ''எனக்கு ஆகாரத்திற்காக இன்ன இன்ன பதார்த்தங்கள் தேவை'' என்று அவன் ஒரு பொழுதும் கூறமாட்டான். அவனுக்கு முன்பாக வைக்கப்படுகின்ற எந்த வஸ்துவைக் கொண்டும் அவன் திருப்தியடைவான்.

அவன் விவேகம், வைராக்கியம், சமம், தமம் ஆகியவற்றை அப்பியசித்ததினுல் ஏற்பட்ட மனோ பலம்தான் இதற்குக் காரணம். மேலும், மன மானது மேற்கூறிய பயிற்சிகளின் காரணமாக ஒரு அதிசயிக்கத்தக்க அமைதியையும் மனங்கடந்த ஆன்மீகப் பேரானந்தத்தையும் அனுபவிக்கின்றது. அது சிறிய மாயமான சுகங்களை விரும்புவது இல்லை. உங்களுக்கு கற்கண்டு கிடைத்துவிட்டால் உங்களு டைய மனம் ஒருபொழுதும் கறுப்புச் சர்க்கரையை நோக்கி ஓடாது. நீங்கள் மனத்தை ஒரு உயர்தர மான ஆனந்தத்தை அனுபவிக்கப் பழக்கப்படுத்து வதின் மூலம் அது பற்றிக் கொண்டிருக்கும் வஸ்து வில் அதற்கு வெறுப்புண்டாக்கும்படிச் செய்யலாம். நீங்கள் ஒரு எருது அல்லது பசுமாட்டிற்கு பருத்திக் கொட்டைப் பாலைக் கொடுத்தால் அது உலர்ந்த

புல் அல்லது வைக்கோலை நோக்கி ஓடாது. மனம் எருதைப் போன்றது.

பிரம்மச்சரியத்தைப் பழகுபவர்கள் சமம், தமம், உபரதி ஆகியவற்றின் சூட்சமங்களைப் பூரணமாக அறிந்திருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் அவர்கள் பிரம்மச்சரிய அப்பியாசத்தில் நிலைபெற்று இருப்பார்கள்.

சிரத்தை என்பது பிரம்மனுடைய நிலை பேறு, குருவினுடைய உபதேசங்கள், சாஸ்திரங்கள் ஆகியவற்றில் அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை கொண்டிருத்தல் ஆகும். இது ஒருவன் தன்னிடத்தே கொண்டுள்ள நம்பிக்கையையும் குறிக்கும். இந்தத் தகுதிகளை யாராவது பெற்றிருந்தால் அவன் சமாதானம் அல்லது ஏகாக்ர மனத்தையும் முமுக்ஷுத்வம் அல்லது விடுதலை வேட்கையையும் பெறுவான். மனம் இயற்கையாகவே எப்பொழுதும் அந்தரங்க ஆத்மாவை நோக்கி நகரும். மாணுக்கன் இப்பொழுது ஒரு பிரம்மநிஷ்டை குருவை அணுகி, சுருதிகளைக் கேட்டு, 'தத் த்வம் அஸி' மஹா வாக்கியத்தின் முக்கியத்துவத்தை இடைவிடாது பிரதிபலித்து தியானித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அவன் ஆத்மானுபூதி அல்லது ஆத்ம சாக்ஷாத்கார்ரத்தை அடைவான்.

உங்களிடம் விவேகம் இருப்பின் வைராக்யம் தாஞகவே வரும். உங்களிடம் விவேகமும் வைராக்கியமும் இருப்பின் சமம் தாஞகவே உதயமாகும். நீங்கள் விவேகம், வைராக்கியம், சமம் ஆகியவற்றைப் பெற்றிருந்தால் தமம் தாஞகவே வரும். உங்களிடம் சமம், தமம் இரண்டுமிருப்பின் உபரதி தாஞகவே வந்துவிடும். நீங்கள் இந்தத் தகுதிகள் அனைத்தையும் உடையவர்களாக இருந்தால் திதிக்ஷை, சிரத்தை, சமாதானம், முமுக்ஷுத்துவம்

அல்லது விடுதலைவேட்கை ஆகியவைகள் தாமாகவே வெளிப்படும்.

திதிக்ஷை என்பது சகிப்புச் சக்தியாகும். ஒரு திதிக்ஷுவினால் வலி, அவமானம், உஷ்ணம், குளிர்ச்சி ஆகியவற்றைச் சகித்துக்கொள்ள முடிகிறது. அவன் அவைகளை நீக்க அக்கறை கொள்வதில்லை. அவன் ஆவலிலிருந்து விடுபட்டிருக்கின்றான். அவன் இதன் காரணமாக வருந்துவது இல்லை.

ஒரு ஜீவன் முக்தன் அல்லது விடுபட்ட முனிவரிடத்தில்கூட, பழக்கத்தின் சக்தி காரணமாகக் கண்கள் வஸ்துக்களை நோக்கிப் பாய்கின்றன. ஆனால் அவரால் அவற்றை முற்றிலும் பின்வாங்கி அவர் விரும்பினால் அவற்றை வெறும் குழிகளாகச் செய்து விடமுடியும். அவர் ஒரு ஸ்திரீயை பார்க்கும் பொழுது அவளை அவர் தனக்கு வெளியே பார்ப்பதில்லை. அவர் உலகமனைத்தையும் தனக்குள்ளேயே பார்க்கின்றார். அவர் அந்தப் பெண் தனது சொந்த ஆத்மாவே என்று உணர்கின்றார். அவருக்கு ஆண் பெண் எண்ணம் இல்லை. அவருடைய உள்ளத்தில் கெட்ட எண்ணங்கள் கிடையா. அவரிடத்தில் காமக் கவர்ச்சி கிடையாது. ஆனால் ஒரு உலக மனிதன் அந்த ஸ்திரீயைத் தனக்கு வெளியே காண்கின்றான்; அவன் காம எண்ணங்களுக்கு இடங்கொடுக்கிறான். அவனிடம் ஆத்மாவைப் பற்றிய எண்ணம் இல்லை. அவன் அவள் பக்கமாகக் கவரப்படுகின்றான். இதுதான் ஒரு ஞானியினுடைய திருஷ்டிக்கும் ஒரு உலக மனிதனுடைய பார்வைக்கும் உள்ள வித்தியாசம். ஒரு பெண்ணைப் பார்ப்பதில் தவறில்லை. ஆனால் கெட்ட எண்ணங்களுக்கு நீங்கள் இடந்தரலாகாது. பெண்கள் எல்லாம் அன்னை பராசக்தியின் தோற்றங்கள் என்று உணருங்கள். ஒரு பெண்ணினுடைய

அழகு இறைவனுடைய அழகு என்று கருதுங்கள். எல்லா ரூபங்களும் இறைவனுடைய பிரதிமைகள் என்று உணருங்கள். உங்களுடைய மனம் உடனே உயர்த்தப்படும்.

''நாங்கள் விவேகம், வைராக்கியம் முதலியவற்றை ஒன்றன்பின் ஒன்றாக, அதாவது ஒரு அங்கத்தில் தேர்ச்சிபெற்று பிறகு அடுத்த அங்கத்தில் தேர்ச்சி பெறலாமா அல்லது நாங்கள் ஒரே சமயத்தில் எல்லா அங்கங்களையும் பயிலலாமா? நாங்கள் ஒன்றன்பின் ஒன்றாகப் பயில ஆரம்பித்தால் இந்த ஆயுள் முடிவதற்குள் ஒன்று அல்லது இரண்டு அங்கங்களில் தேர்ச்சி பெறுவதே முடியாமல் போய் விடும். எல்லா அங்கங்களிலும் தேர்ச்சி பெறுவதற்கு எங்களுக்குப் பல பிறவிகளல்லவா தேவைப் படும்? ஆயுள் மிகக் குறுகியது. நாங்கள் என்ன செய்வது?'' என்று சில மாணுக்கர்கள் கேட்கின்றனர்.

இது மாணுக்கர்களுடைய குணம், ருசி, திறமை ஆகியவற்றைப் பொறுத்தது. சிலர் ஒவ்வொரு படியிலும் பூர்ணத்திறமை பெற்று பிறகு அடுத்த படிக்குச் செல்ல விரும்புகின்றனர். சிலர் எல்லா அம்சங்களையும் ஒரே சமயத்தில் அப்பியசிக்க விரும்புகின்றனர். ஆறு மாதங்களுக்கு உங்களுடைய மனத்தை விவேகம், வைராக்கியம், சமம் ஆகியவற்றைப் பயிற்றுவிப்பதில் ஒருமுகப்படுத்துங்கள். அடுத்த ஆறு மாதங்களில் சிரத்தை, சமாதானம், முமுக்ஷுத்துவம் ஆகியவற்றை அடைய முயற்சி செய்யுங்கள். உங்களிடத்தில் எந்த நற்குணம் மிகவும் குறைவாக இருக்கிறதோ அந்த நற்குணத்தை விருத்தி செய்வதற்கு நேரத்தைச் செலவு செய்யுங்கள். உங்களுடைய முயற்சியில் நீங்கள் மனப்பூர்வமாகவும், உண்மையாகவும் இருந்தால் நான்கு சாதனங்களையும் (சாதன சதுஷ்டயம்)

இப்பிறவியிலேயே விருத்திசெய்து ஆத்மானுபூதியை அடையலாம்.

ஒரு வேதாந்த மாணுக்கன் "சுவாமிஜி, விவேகம், வைராக்கியம் முதலிய இந்த நான்கு சாதனங்களேயும் பெறவேண்டும் என்கிற அவசியம் ஒன்றும் இல்லே. இது நீண்ட, களேப்பூட்டக்கூடிய முறையாக இருக்கிறது. என்ஞல் அவற்றைப் பல பிறவிகளிலும்கூட பெற முடியாது. மிகச் சுருக்க மான வழி பிரம்மனே சதா நினேத்துக் கொண்டிருப்பது. இந்த நற்பண்புகள் எல்லாவற்றையும் நான் தாஞகவே பெற்றுவிடுவேன். பிறகு என்ஞல் ஆழ்ந்த தியானத்தை அப்யஸிக்க முடியும்" என்று கூறக்கூடும். அவன் கூறுவது சரியாக இருக்கலாம். முதல்தர ரகத்தைச் சேர்ந்த மாணுக்கன் இந்த வழியைப் பின்பற்றலாம். ஏனெனில் அவன் இந்த நான்கு சாதனங்களே அவனுடைய முற்பிறப்புகளில் பழகியிருக்கின்ருன். ஒரு நடுத்தர மாணுக்கன் எடுத்த எடுப்பில் பிரம்மனேப்பற்றி நினேக்க முடியாது. மனமானது மலங்களால் நிரப்பப் பட்டிருக்கும் பொழுது மனம் பாய்ந்தோடிக் கொண்டிருக்கும்பொழுது, இந்திரியங்கள் குதித்துக் கூத்தாடிக் கொண்டும் புரட்சி செய்து கொண்டும் இருக்கும் பொழுது, எப்படி ஒருவன் பிரம்மனேப் பற்றி நினேக்க முடியும்? முற்றிலும் முடியாத காரியம். வேண்டுமாஞல் அவன் ஆத்மனே தியானிக்க முயற்சிக்கலாம். அவன் ஆகாயத்தில் கோட்டைகளேக் கட்டிக் கொண்டும் இதர வஸ்துக் களேப்பற்றி எண்ணிக் கொண்டும் இருப்பான். நிர்விகல்ப சமாதியில் தான் நுழைந்துவிட்டதாக மூடத்தனமாக எண்ணிக்கொண்டிருப்பான். அவன் ஆழ்ந்த உறக்கத்தை சமாதி என்று தவருக எண்ணிக் கொள்வான். பலர் இம்மாதிரி மயக்க மடைகின்றனர். அவர்களுக்கு எந்தவிதமான

ஆன்மீக முன்னேற்றமும் ஏற்படாது. அவர்களுக்கு பிரம்மனைப் பற்றிய அபிப்பிராயமும் எதுவும் இருக்காது. விவேகம், வைராக்கியம், சமம், தமம், உபரதி, திதிக்ஷை, சிரத்தை, சமாதானம் முமுக்ஷுத்துவம் ஆகியவற்றை அப்பியஸிப்பதின்மூலம் தூய்மையாக்கப்பட்ட மனத்திற்குத்தான் பிரம்மனைப் பற்றிய ஒரு உறுதியான கருத்து ஏற்படமுடியும். பிரம்ம சிந்தனைகளை ஓய்வற்ற தூய்மையற்ற மனத்தில் நிலைநிறுத்தி வைக்க முடியாது.

சாதன சதுஷ்டயத்தைப் பயிலுவதின் மூலம் நீங்கள் பிரம்மானந்தத்தையும், ஒளி விளக்கமடைகின்ற பரம நிலையையும் அடைவீர்களாக.

விவேகம்

பகுத்தறியும் சக்தி

விவேகம் அல்லது பகுத்தறிவுத் திறன் உண்மையையும் உண்மை அல்லாததையும், நிலையானதையும் நிலையற்றதையும், ஸத்தையும் அஸத்தையும் பாகுபடுத்தி அறிய உதவுகின்ற தூய மனத்தின் ஒரு அபூர்வச் சக்தியாகும்.

விவேகம், இறைவனுடைய கருணையின் மூலமாகவும், முற்பிறவிகள் பலவற்றில் செய்த நற்கருமங்களின் மூலமாகவும், சத்சங்கம் அல்லது சாஸ்திரப் படிப்புகளின் மூலமாகவும், தன்னலமற்ற சேவை அல்லது பலனை எதிர்பாராமலும், ஆணவமின்றியும் செய்யப்படும் வேலையின் மூலமாகவும் உதயமாகின்றது.

விவேகமுடைய ஒருவனிடம் வைராக்கியம் இருக்கத் தவறாது. ஆகவே விவேகமும் வைராக்கியமும் ஒன்றையொன்று சார்ந்திருக்கின்றன.

பிரம்மன் மட்டுமே சத்தியம், மற்றவை எல்லாம் அசத்தியம் என்ற உறுதியான கோட்பாடே விவேகமாகும்.

உலக ஆசைகளையும், பேரவாக்களையும், பற்றுக்களையும் அழிப்பதற்கு விவேகம் ஒரு பலம் பொருந்திய வாள். இது ஞானத்திற்கு ஒரு தரகன் ஆகும். இது கண்ணைத் திறந்து விடுகிறது. இது இரண்டாந்தரமான ஞானக் கண் ஆகும். இது உலக வஸ்துக்களை இறுகப் பற்றிக் கொண்டிருக்கும் மனத்தின் தன்மையை அழிக்கக் கூடியதொரு ஆன்மீக சக்தியாகும்.

உடல், மனம், இந்திரியங்கள், அறிவு உலகத் தோற்றங்கள் ஆகியவை அனைத்தும் நிலையற்றவை. அவைகளின் மதிப்பும் சாசுவதமானதல்ல. அவைகள் எதிர்மறை ஜோடிகளோடு அபேதமாக்கப்பட்டிருக்கின்றன. ஆகவே அவைகள் உண்மையற்றவை, தேடக் கூடாதவைகள். உண்மை காலமற்றது, காரணமற்றது, சகிக்கும் பேரானந்தமானது, அத்வைதமானது, தேடக்கூடிய ஒரே வஸ்துவாக இருப்பது, உண்மையான சந்தோஷத்தைக் கொடுக்கக் கூடிய ஒரே வஸ்துவாக இருப்பது. இது விவேகம்.

பிரம்ம வித்தை அல்லது ஆத்ம ஞானம் வெறும் அறிவுப் படிப்பினாலோ பகுத்தறிவினாலோ அல்லது தர்க்கத்தினாலோ அல்லது விவாதங்கள் அல்லது வாக்குவாதங்களினாலும்கூட புரிந்து உணரக் கூடியதன்று. எல்லா ஞானங்களிலும் மிகக் கடினமானது இது. இந்த விஞ்ஞானத்தினால் போதிக்கப்படும் சத்தியத்தைப் பிரத்யட்சமாக உணர்வதற்கு வெறும் படிப்புப் புலமையும், பரந்த கல்வியும், உயர்ந்த அறிவு மட்டும் இருந்துவிட்டால் உதவாது. இதற்குப் பூரண ஒழுங்கு, தற்காலத்திய

நமது சர்வ கலாசாலைகளிலும், கலாசாலைகளிலும் காணப்பட முடியாத அப்பேர்ப்பட்ட ஒழுங்கும் இந்தப் பராவித்யா அல்லது உயர்ந்த ஞானத்தினால் குறிக்கப்பட்டுள்ள இலட்சியத்தை அடைய உருப்படியான சாதனையும் தேவை. ஒருவன் வெளிச்சமோ அல்லது இருட்டோ, கிழக்கோ அல்லது மேற்கோ, லாபமோ அல்லது நஷ்டமோ இல்லாத ஒரு சாம்ராஜ்யத்தை. மனமோ அல்லது இந்திரியங்களோ ஒருபோதும் எட்டிப்பிடிக்க முடியாத ஒரு சாம்ராஜ்யத்தை அடைய வேண்டி இருக்கிறது.

இது ''அராபிய இரவுகள்'' (Arabian Nights) அல்லது ''நடுவேனில் இரவுக் கனவு'' (Midsummer Nights Dream) ஆகிய கனவுகளில் வருகின்ற கற்பனைப் பிராந்தியம் அல்ல. நிச்சயமாக இல்லை! இது புராண இதிகாசங்களில் கற்பனை செய்து கூறப்பட்டுள்ள மாயாஜால மகேந்திர ஜால இடமன்று. இது ஒரு ஒரே ஒரு உண்மையான நிரந்தரமான வற்றாத சாந்தியுடன் கூடிய ஆழ்ந்த நிலையான சந்தோஷத்துடன் கூடிய ஒரு வாசஸ்தலமாகும். இங்கு ஏற்றத் தாழ்வுகளைக் கண்டதும், ஓய்வின்றி இருப்பதுமாகிய மனம் நிரந்தரமான அமைதியைப் பெறமுடியும். சங்கரர், மன்ஸூர், மதலஸா, கார்கி, தத்தாத்ரேயர், இயேசு கிறிஸ்து, புத்தர் போன்ற முனிவர்கள் பலரும் மற்றவர்களும் கடுமையான போராட்டத்திற்கும் உழைப்பிற்கும் பிறகு இந்த இடத்தை அடைந்திருக்கின்றனர். ஞானமார்க்கமானது நேரான, ராஜபாட்டையாக இருந்த போதிலும் இந்த அமர வாசஸ்தலத்தை அடைவதற்கு நம்பும் முன்னர் ஒருவன் கத்தியின் கூர்மையான முனையின்மீது நடப்பதைப் போல நடக்க வேண்டியிருக்கிறது. துவக்கத்தில் ஒருவன் கடுமையான ஒழுங்கைக் கடைப்பிடிக்க வில்லை

யாலுல் அவனுடைய வீழ்ச்சிக்கும் அதன்மூலம் வேதாந்தமாகிய செங்குத்தான மலையிலுள்ள கூர்மையான பாறைகளின் மீது மோதி முறிவு ஏற்படுவதற்கு சகல ஏதுவும் இருக்கிறது.

''அஹம் பிரம்மாஸ்மி'' அல்லது ''ஸிவோ ஹம்'' போன்ற வறட்டு வார்த்தைகள் மட்டும் ஒருவனைப் பிரம்மஞக்கிவிட முடியாது. தான் மிகவும் கற்றறிந்த ஒரு வேதாந்தி என்பதை மக்களுக்குக் காட்டுவதற்காகப் பலபேர் இப்பாதையை மேற்கொண்டிருக்கின்றனர். மக்கள் மரியாதையையும் மதிப்பையும்தான் விரும்புகின்றனர். அவர்கள் தங்களைப் பக்தர்கள், சேவகர்கள் அல்லது தொண்டர்கள் என்று கூறிக்கொள்வதற்கு வெட்கப்படுகின்றனர். உண்மையில் சித்திகளையே பெற்றிராத சிலர் தங்களிடம் சித்திகள் நிறைந்திருப்பதாகப் பாசாங்கு செய்து அதன் காரணமாக மக்கள் தங்களை வந்து மொய்ப்பார்கள் என்று கற்பனை செய்துகொண்டு தங்களை யோகிராஜ் என்றோ அல்லது யோகேந்திரர் அல்லது யோகீஸ்வரர் என்றோ அழைத்துக்கொள்கின்றனர். மதத்தின் பெயரால் பிரத்யட்சமான வியாபாரம் நடத்தப்படுவது எப்பேர்ப்பட்ட அவமானம்!

மதத்தில் வியாபாரம் செய்வது ஒரு மன்னிக்க முடியாத குற்றம். விஷயத்தின் உண்மை என்னவென்றால் யாரும் தன்னை ஒழுங்குபடுத்தி கடுமையான முறையான சாதனை செய்ய விரும்புவதில்லை. இது கடினமாக இருக்கின்ற காரணத்தால் அவர்கள் வேதாந்த அரட்டைகளோடும், ''மனம் ஜடமா அல்லது சைதன்யமா?'' ''யார் முக்தியை அடைகின்றனர்!'' என்பன போன்ற அர்த்தமற்ற வறட்டு வாதங்களைப் பேசிக்கொண்டும் தங்களைத் திருப்திப் படுத்திக்கொள்கின்றனர். இது காலத்தையும் சக்தியையும் வீணுக்குவது தவிர வேறில்லை. நீண்ட

பழுத்த தாடியும், ஒரு கமண்டலமும், அல்லது காவி ஆடையும் ஒருவனை யோகியாக அல்லது ஒரு வேதாந்தியாக ஆக்க முடியாது.

உண்மை வழிச் செல்லும் ஒரு மாணுக்கன் விடுதலைக்கான நான்கு மார்க்கங்கள் அல்லது சாதன சதுஷ்டயத்தைப் பெற்றிருக்கவேண்டும். அப்பொழுதுதான் அவன் முற்றிலும் பயமற்றவனுய் அவ்வழியில் முன்னேறிச் செல்ல முடியும். இந்த நான்குவித யோக்கியதாம்சங்களையும் உண்மையாக ஒருவன் பெற்றிராவிடில் ஒரு இம்மியளவு ஆன்மீக முன்னேற்றத்தையும் ஒருபொழுதும் பெற முடியாது. இந்த நான்கு மார்க்கங்களும் வேதத்தைப் போன்று அல்லது இவ்வுலகத்தைப்போன்று அவ்வளவு புராதனமானவையாகும். மாந்தர்க்கு ஒவ்வொரு மதமும் இந்த நான்கு அத்தியாவசிய தேவைகளைக் குறிப்பிடுகின்றது. பெயர்கள்தான் வேறுபடுகின்றன. இது உண்மையில் முக்கியமானதல்ல. அறிவிலிகள்தான் சொற்போரையும், தேவையற்ற கேள்விகளையும் கிளப்புகின்றனர். அவர்களிடம் இது ஒரு மட்டமான வழக்கமாகிவிட்டது. நீங்கள் இதை கவனிக்கக்கூடாது. மரத்தினுடைய இலைகளை எண்ணிக்கொண்டு நேரத்தை வீணுக்காமல் பழத்தைச் சாப்பிட முயற்சிப்பது உங்களுடைய கடமை. இந்த நான்கு வழிகளும் என்ன என்பதை அறிந்துகொள்ள இப்பொழுது முயற்சி செய்யுங்கள்.

முதலாவதாக வருவது விவேகம். விவேகமானது ஒரு மனிதனிடத்தில் இறைவனுடைய கருணையின் காரணமாக உதயமாகின்றது. இந்தக் கருணையானது ஒருவன் எண்ணற்ற பிறவிகளில் ஈஸ்வரார்ப்பண பாவத்தோடு இடையருத தன்னலமற்ற சேவை செய்திருந்தால்தான் வரும். விவேக எழுச்சி ஏற்படும்பொழுது மேல் மனத்தின் கதவு

திறக்கப்படுகிறது. சதா மாறிக் கொண்டிருக்கும் இப்பிரபஞ்சத் தோற்றத்திற்கும் மனத்தினுடைய நிலையற்ற சலனங்களுக்கும் ஆசைகளுக்கும் இடையில் ஒரு நிலையான ''தத்துவம்'' இருக்கின்றது.

ஐந்து உறைகளும், நீர்மேல் மிதக்கும் வைக் கோலைப்போல பிரபஞ்ச உணர்விலே மிதந்து கொண்டிருக்கின்றன. மாறுகின்ற இந்த ஐந்து கோசங்கள் அல்லது ஸ்தூல சரீர, மானசீக, ஜீவாதார, அறிவு, ஆனந்த உறைகள் நித்திய ஆத்மாவுடன் கலக்கப்பட்டு இருக்கின்றன. இந்த ஸ்தூல சரீரத்திற்கு குழந்தைப் பருவம், பால பருவம், காளைப்பருவம், முதுமை ஆகியவைகள் உண்டு. ஆனால் சதா மாறிக் கொண்டிருக்கும் இந்த உடலுக்கும் மனத்திற்கும் ஒரு சினிமா கொட்டகையில் பல்வேறு காட்சிகளையும், உருவங் களையும் காட்டுகின்ற திரைச் சீலையைப்போல ஒரு மாருத பின்னணி இருக்கிறது. உடல், மனம் ஆகிய வற்றில் ஏற்படுகின்ற இந்த மாறுபாடுகளைக் கவனித்து வருகின்ற மௌன சாட்சியானவன் சாஸ்வதமானவனுகவும் மாருதவனுகவும் இருக் கின்ருன். அவன் சர்வ வியாபக ஆகாசத்தைப் போல் இருக்கின்ருன். அவன் ஒரு பூமாலையிலுள்ள நூலைப்போல வியாபித்து, பரவி, ஊடுருவி இருக் கின்ருன். இந்த நித்திய ரஸமான ஆத்மா எங்கும் எல்லாப் பொருள்களிலும்—அணுக்கள், எலக்ட் ரான்கள், கடுகு, இலை, எறும்புகள், மனிதர்கள், மலைகள் ஆகிய எல்லாவற்றிலும்—பிரசன்னமாக இருக்கின்ருன். அவன் உன்னுடைய சொந்த உள்ளக் கமலத்தில் வீற்றிருக்கின்ருன். அவன்தான் இந்த மரம், கல், மலர், ஆடு, நாய், பூனை, மனிதன், முனிவன் அல்லது தேவதை ஆகியோர் களின் ஆத்மாவாக இருக்கின்ருன். ஒருவன் முனிவனுகவோ அல்லது பாவியாகவோ ஒரு அரச

ஞகவோ அல்லது உழவஞகவோ, பிச்சைக்கார ஞகவோ அல்லது சீமாஞகவோ ஒரு தோட்டியா கவோ அல்லது சக்கிலியஞகவோ இருக்கட்டும்; இந்த ஆத்மா இவர்கள் எல்லோருக்கும் பொது வான சொத்து. உயிருக்கும், எண்ணத்திற்கும் மூலாதாரமாக இருப்பது இவனே.

மனிதன் சகல வஸ்துக்களுக்கும் நிலையான மாருத ஆதிஸ்தானத்தையும் சதா மாறிக் கொண் டிருக்கும் நாம ரூபங்களையும் பகுத்தறியக் கற்றுக் கொள்ளவேண்டும். அவன் எப்பொழுதும் இந்த நிலையான மாருத ஆத்மனைப் பிரித்து எடுப்பதில் தன்னை தீவிரமாக ஈடுபடுத்திக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அவன் தன்னை மாறுகின்ற அநித்ய மான ஐந்து உறைகளினின்றும், உணர்ச்சிகள், உள்ளக்கிளர்ச்சிகள், சித்த விகாரங்கள், எண்ணங் கள், எழுச்சிகள் ஆகியவற்றிலிருந்து ஊசலாடுகின்ற மனத்திலிருந்தே வேறுபடுத்த முயற்சிக்க வேண்டும். அவன் மனத்தையும், மனத்திற்கு ஒளிவிளக்கம் கொடுத்து அதை ஆட்டி வைக்கின்ற சாட்சியையும்; ஆத்மாவையும் பிராணனையும்; சாதாரண உணர்ச்சி; எழுச்சிகள், சித்த விகாரங்கள் ஆகிய வற்றையும், பாதிக்கப்படாமலும், பற்றற்றும் இருக்கின்ற தூய உணர்வு நிலையின் பூர்ண அறிவு நிலையையும், வியக்தித்துவத்தையும், தனித் தன்மையையும் பாகுபடுத்தித் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். அவன் தன்னை, எனக்கு அன்னிய மான சரீர அத்தியாஸத்திலிருந்தும் அதாவது அந்தஸ்து, ஸ்திதி, தொழில், பிறப்பு, ஜாதி, நிலை, வாழ்க்கை முறை ஆகியவற்றிலிருந்தும் வேறு படுத்திக்கொள்ள வேண்டும். இவைகள் எல்லாம் பொய்யான வியக்தித்துவத்தின் தற்செயலான உப அங்கங்களாகும்.

அவன் ஒரு அழகான மங்கையினுடைய உணர்ச்சியைத் தூண்டிவிடக்கூடிய ஆகர்ஷிக்கின்ற தோற்றத்தையோ அல்லது மயக்குகின்ற ஒரு மலரையோ அல்லது கவர்ச்சி பொருந்திய எந்த ஒரு ரூபத்தையோ பார்க்கும்பொழுதும் தனக்குள்ளே ''இந்த அழகான மலர் அல்லது ரூபம் எவ்வளவுதான் இனிமையானதாக இருந்த போதிலும் விரைவில் வாடிவிடக்கூடியது. இது மாயையினுடைய கவர்ச்சி. இது பிறகு மண்ணாகப் போகக்கூடியது. ஒளி பொருந்திய கண்களையும் ரோஜா மலர்க் கன்னங்களையும், கொவ்வைக்கனி போன்ற சிவந்த அதரங்களையும் உடைய இந்த மயக்குந்தன்மையினள் கேவலம் சதையும், கொழுப்பும், எலும்புகளும், சேர்ந்த ஒரு மாமிசப் பிண்டம்தானே? அவள் கேவலம் தோலும், உரோமங்களும், எலும்புகளும், நரம்புகளும் சேர்ந்த ஒரு கலவையானபடியால் அவள் அழிவிற்கும் மரணத்திற்கும் உட்பட்டவள். இந்தச் சரீரம் மண்ணிலிருந்து வந்தது. ஒரு நாளைக்கு மண்ணோடு மண்ணாகப் போகப் போகிறது. சிலிர்க்க வைக்கும் இயற்கைக் காட்சிகளுடன் கூடிய பிரம்மாண்டமான இமயமலையும் கூட, பார்ப்பதற்கு நிலையானவை போல் தோன்றினாலும், ஒரு நாளைக்கு அழியத்தான் போகிறது. மலரிலும், பெண்ணின் தோற்றத்திலும், மகிமை பொருந்திய இமயமலைகளிலும் உள்ள அழகு, அகத்தே இருப்பதும் அழகுகளுக்கெல்லாம், எல்லையற்ற, அழியாத அழகாக இருப்பதும், மாறுததுமான அந்த ஆத்மாவின் பிரதிபலிப்பேயாகும்'' என்று தத்துவ விசாரம் செய்து கொள்ளவேண்டும்.

சாதகன் தன்னை சம்சார சாகரத்தில் உள்ள பிறப்பு, இறப்பு, பசி, தாகம், சுகம், துக்கம் எனப்படும் ஷட்—உர்மிகள் அல்லது ஆறு அலைகளிலிருந்தும் வேறுபடுத்திக் கொள்ளவேண்டும்.

பிறப்பும் இறப்பும் இந்த ஸ்தூல சரீரத்திற்குச் சம்பந்தமானவைகள்; பசியும் தாகமும் பிராணுவைச் சேர்ந்தவை. சுகமும், துக்கமும் மனத்தினுடைய தன்மைகள். ஆத்மா பற்றற்று (அசங்கமாக) இருக்கிறது. சர்வ வியாபக ஆகாசத்தைப் போல சூட்சமமாக இருக்கும் இந்த ஆத்மாவை இந்த ஆறு அலைகளும் தீண்ட முடியாது. மானிடன் தன்னை இந்திரியங்களின் விளையாட்டினின்றும் வேறுபடுத்திக் கொள்ள வேண்டும். அவன் தன்னை இந்திரியங்களின் இயக்கங்களோடு சம்பந்தப் படுத்திக் கொள்ளக் கூடாது. அவன் மனம், பிராணு, இந்திரியங்கள் ஆகியவற்றின் காரியங்களை வேடிக்கை பார்க்கின்ற ஒரு சாட்சியாக நின்று கொண்டிருக்க வேண்டும். இந்திரியங்களும் மனமும் ஒரு காந்தத்திஞல் காந்த சக்தி யூட்டப்படுகின்ற இரும்புத் துண்டுகளைப் போலனவாகும். அவைகள் நித்திய ஆத்மாவாகிய ஆதாரத்திலிருந்து தங்களுக்கு வேண்டிய ஒளியையும் சக்தியையும் கடன் வாங்கி இயங்குகின்றன.

கீழ்க்கண்ட கீதா சுலோகங்களையும், ஸ்ரீ சங்கருடைய விசேஷ சூத்திரங்களையும் தியானம் செய்வதானது உங்களுடைய விவேகத்தை விருத்தி செய்வதற்கும், மயக்குகின்ற இந்திரியங்கள், பிராணு, மனம், ஐந்து உறைகள் ஆகிய வாகனுதிகளின்றும் உங்களை வேறுபடுத்திக் கொள்வதற்கும் மிகவும் பயனுள்ளவைகளாக இருக்கும். ஸ்ரீ சங்கருடைய சூத்திரம் வருமாறு :— பிரம்ம ஸத்யம் ஜகத் மித்யா, ஜீவோ பிரம்மைவ நாபரஹ : ''பிரம்மன் (பரம்பொருள்) ஒன்றுதான் உண்மை; இந்த உலகம் உண்மையல்லாதது; ஜீவாத்மாவானது பிரம்மனேடு அபேதமானது''. ''கீதை'' உண்மையல்லாததற்கு இருப்பு இல்லை. உண்மை ஒருபொழுதும் அழிவதில்லை. இந்த இரண்டினுடைய உண்மையும்

வஸ்துக்களின் சாரத்தை உணர்கின்ற தீர்க்கதரிசிகளால் காணப்பட்டிருக்கிறது'' என்று பகர்கிறது (அத். II-16). இந்த சுலோகத்தைப் பிரதிபலித்துப் பார்த்தால் விவேகம் ஊட்டப்படும்.

வஸ்துக்களின் சாரத்தை அறிந்த பக்குவப் படுத்தப்பட்ட ஒருவனுடைய எண்ணம் ''நான் எதையும் செய்வதில்லை'' என்பதாகத்தான் இருக்க வேண்டும். பார்த்தல், கேட்டல், தொடுதல், முகர்தல், உண்ணல், நகர்தல், உறங்கல், சுவாசித்தல், பேசுதல், கொடுத்தல், பிடித்தல், கண்களைத் திறத்தல், மூடுதல் ஆகியவற்றில் இந்திரியங்கள் அவைகளுக்குரிய வஸ்துக்களுக்கிடையில் சஞ்சரித்துக் கொண்டிருந்தாலும் சாதகன் தன்னை உண்மையோடு மட்டுமே அபேதப் படுத்திக் கொள்ள வேண்டும். இந்த இரண்டு சுலோகங்களின் அர்த்தத்தை தியானிப்பதின் மூலம் நீங்கள் உங்களை இந்திரியங்களிலிருந்து வேறுபடுத்திக் கொள்ள முடியும். அவற்றின் மொழி பெயர்ப்பு வருமாறு :- கர்மங்கள் அனைத்துப் பிரக்ருதியின் தன்மைகளாலேயே ஆக்கப்பட்டவை. ஆணவத்தினால் மயக்கப்பட்டிருக்கும் ஜீவாத்மாவானவன், தானே கர்மங்களைச் செய்பவன் என்று நினைக்கிறான். ஆனால் குணங்கள் குணங்களிடையே சஞ்சரிக்கின்றன என்று பற்றிக் கொண்டு, குணங்களின் பிரிவுகளினுடைய சாரத்தையும் அவைகளின் இயக்கங்களையும் எவன் அறிகின்றானோ அவன் பந்தத்தில் சிக்குவதில்லை''. இந்த இரண்டு சுலோகங்களையும் தியானிப்பதின் மூலம் நீங்கள் உங்களை முக்குணங்களாகிய தூய்மை, ஆவல், ஜடத்துவம் ஆகியவற்றிலிருந்து வேறுபடுத்திக் கொள்ள முடியும். கர்மங்களெல்லாம் பிரகிருதியினாலேயே செய்யப்படுகின்றன என்றும் ஆத்மா செய

லற்றது என்றும் எவன் பார்க்கின்றானோ அவனே (உண்மையை) பார்க்கின்றான். (அத். xiii-29).

இவ்வுலகிலுள்ள சாதாரண மனிதன் தன்னை அழியக்கூடிய உடலோடும், நிலையற்ற வஸ்துக்களோடும், மனைவி, மக்கள், சொத்து முதலியவைகளோடும் அபேதமாக்கிக் கொள்கிறான்; ஆகவே அவன் புறத்தே உள்ள இந்த நாம ரூபங்களோடு பற்று கொள்கிறான். அவன் 'நான்' 'எனது' என்கின்ற அகங்காரத்தை விருத்தி செய்கின்றான். ஆகவே மயக்கம், அன்பு, வெறுப்பு, கர்வம், பற்று, டம்பாச்சாரம், அகந்தை முதலியவைகள் ஏற்படுகின்றன. ''நான் ஒரு பிராம்மணன், நான் ஒரு பணக்காரன், நான் ஒரு அரசன், நான் ஒரு மேதை, நான் மிகுந்த பலசாலி, என்னுடைய மனைவி ஒரு கௌரவமான குடும்பத்திலிருந்து வந்தவள், அவள் ஒரு பட்டதாரி, நான் ஒரு சட்டமன்ற உறுப்பினன்'' என்று இவ்வாறு அவன் கூறுகிறான். அவன் தன்னுடைய பொய்யான அழகு, பொய்யான உடைமைகள் அற்பமான அறிவு சாதனைகள் முதலியவைகளைப்பற்றி வீண் பெருமையடித்துக் கொள்கின்றான். இவ்வாறாக அவன் சதா சுழன்று கொண்டிருக்கும் பிறப்பு இறப்புச் சக்கரத்திலே மாட்டிக் கொண்டிருக்கின்றான். அவன் இந்த மிருத்யுலோகத்திலே (மரண உலகம்) திரும்பத் திரும்பப் பிறவி எடுக்கின்றான். அவன் அவிவேகத்தின் காரணமாகத்தான், பலவிதமான துன்பங்கள், தொந்தரவுகள், துயரங்கள், வலிகள் முதலியவற்றிற்கு ஆளாகின்றான். விவேகமானது அந்தரங்க பலத்தையும் மன அமைதியையும் கொடுக்கிறது. ஒரு விவேகி துன்பங்களாலும், தொல்லைகளாலும் அலைக்கழிக்கப்படுவதில்லை. அவன் எப்பொழுதும் எச்சரிக்கையுடன் இருக்கின்றான். அவன் ஒருபொழுதும் எதிலும் சிக்கிக் கொள்வதில்லை. அவனிடம்

தூரதிருஷ்டி அல்லது வருங்கால உணர்வு இருக்கிறது. அவன் இப்பிரபஞ்ச வஸ்துக்களின் சரியான மதிப்பை அறிவான். உலக திருப்தியை அளிக்கக் கூடிய இந்த வெற்று பொம்மைகளின் உதவாத் தன்மையை அவன் பூரணமாக அறிந்திருக்கின்றான். எதுவும், எப்பொருளும் அவனைத் தூண்ட முடியாது. மாயை அவனை அணுகமுடியாது.

மகாத்மாக்களோடு தொடர்புகொள்ளுவதாலும், வேதாந்த சாஸ்திரங்களைப் படிப்பதனாலும் மனிதனிடம் விவேகம் ஊட்டப்படுகிறது. விவேகம் உச்ச அளவிற்கு விருத்தி செய்யப்பட வேண்டும். ஒருவன் அதில் நன்றாக நிலைபெற்றுவிட வேண்டும். விவேகம் ஒரு சாதகனிடம் அற்பாயுளுடன் கூடியதாகவோ அல்லது எப்போதாவது தோன்றுகின்ற நிலையிலோ இருக்கக்கூடாது. அவன் கஷ்டப்படும் பொழுதோ அல்லது ஏதாவது துன்பம் அவனை எதிர்நோக்கும் பொழுதோ அது அவனைத் தோல்வியடையச் செய்யக்கூடாது. அது உண்மையில் அவனுடைய குணத்தோடு இரண்டறக் கலந்துவிட வேண்டும். அவன் அதை எல்லாச் சந்தர்ப்பங்களிலும் முயற்சியின்றி பிரயோகப்படுத்த வேண்டும். ஒருவன் ஆரம்பத்தில் அஜாக்கிரதையாக இருப்பானாகில் விவேகம் வரவும் போகவுமாக இருக்கும். ஆகவே சாதகனிடத்தில் விவேகமானது ஒரு பெரிய நிலையான தீப்பிழம்பைப்போல் எரியும்வரை, நீண்ட காலம் அவன் முனிவர்களுடைய சத்சங்கத்தில் இருக்கவேண்டும்.

மாயை மிகவும் சக்திவாய்ந்தவன். மனிதனை வழி தவற வைப்பதற்கு அவன் தன்னாலியன்றவரை முயற்சிக்கின்றான். அனுபவமில்லாத இளம் சாதகர்களின் வழியிலே அவன் அநேக கவர்ச்சிகளையும் இன்னல்களையும் வீசி எறிகின்றான். ஆகவே புது சாதகர்களுக்கு சாதுமகாத்மாக்களின் சத்சங்கம்

பிரவேசிக்க முடியாத கோட்டையைப் போன்றதாகும். இப்பொழுது எவ்விதக் கவர்ச்சிகளும் அவனைத்தாக்க முடியாது. அவனிடம் சந்தேகமின்றி உண்மையான, நிரந்தரமான விவேகம் வளர்ச்சியடையும். பிறகு அவனிடம் நிலையானதும் ஒப்பற்றதுமான விவேகம் காணப்படும். அப்பொழுதுதான் அவன் உண்மையாகவும் பூர்ணமாவும் பத்திரமாக இருக்கிறான். அபாயகட்டம் தாண்டப்பட்டுவிட்டது. உண்மையான விவேகி ஒருவன்தான் உலகில் மிகப்பெரிய செல்வம், சந்தோஷம், சக்தி ஆகியவற்றைப் பெற்றிருப்பவனாக உரிமை கொண்டாட முடியும். அவன் ஒரு அபூர்வ ஆன்மீக ரத்தினம் ஆவான். அவன் ஒரு கலங்கரை விளக்கமாகவும் தீபத்தை ஏந்திச் செல்பவனாகவும் விளங்குகின்றான். விவேகம் விருத்தி செய்யப்பட்டுவிட்டால் ஏனைய யோக்கியதாம்சங்கள் எல்லாம் தாமாக வந்துவிடும். விவேகத்திலிருந்து வைராக்கியம் பிறக்கிறது.

இந்தத் 'தராதர' (Relative) உலகில், மனிதர்கள் படும் துன்பங்களின் பிரம்மாண்டமான தன்மையை நீங்கள் பூர்ணமாக உணரும் பொழுது நீங்கள் தானாகவே எது உண்மையானது; எது உண்மை அல்லாதது என்று பகுத்தறிய ஆரம்பிப்பீர்கள். பிரம்மன் உண்மையானது. ஜகத் உண்மை அல்லாதது. இது விவேகம். பிறகு சிரத்தை வளரும். பிறகு இறைவனை உணரவேண்டும் என்கின்ற வேட்கை உணரப்படும். பிறகு நீங்கள் 'உண்மை'யை இடைவிடாது சிந்தித்துக்கொண்டிருக்க வேண்டியிருக்கிறது. பிறகு நீங்கள் திரும்பத் திரும்ப அஹம் பிரஹ்மாஸ்மி—'நான் பிரம்மனாக இருக்கின்றேன்' என்பதை உறுதிப்படுத்த வேண்டியிருக்கிறது. இடைவிடாத பயிற்சியின் மூலம் நாம, ரூப, சங்கல்பங்கள் ஒழித்து நீங்கள் பிரம்மனை

உணர்வீர்கள் இது வேதாந்த சாதனை. விவேகம், மனப்பூர்வம், வேட்கை, ஸ்மரணம் ஆகியவைகள் பிரம்மானுபூதி அடைவதற்கான பல்வேறு படிகளாகும்.

விவேகம் அல்லது பகுத்தறிவுத் திறனானது இடைவிடாத சத்சங்கத்தின் மூலமாகவும் சிரவணத்தின் (சுருதிகளைக் கேட்டல்) மூலமாகவும்தான் எழுப்பப்படுகின்றது. யார் தங்களுடைய முற்பிறப்பில் எண்ணற்ற நற்கருமங்களைச் செய்திருக்கிறார்களோ அவர்களுக்கு ஆண்டவனுடைய கருணையின் மூலமாக மகாத்மாக்கள், சாதுக்கள், பக்தர்கள், யோகிகள், ஞானிகள், சந்நியாசிகள் ஆகியோருடன் சத்சங்கம் கொள்ளுகின்ற பெரும் பாக்கியம் கிடைக்கும்.

ஒருமுறை அனுபவித்த இன்பத்தை மனம் திரும்பத்திரும்ப அனுபவிக்க விரும்புகின்றது. இன்ப நினைவு மனத்தில் எழுகின்றது. நினைவு கற்பனையையும் எண்ணத்தையும் தூண்டுகிறது. இவ்வாறாகப் பற்று ஏற்படுகிறது. திரும்பத்திரும்பச் செய்வதனால் ஒரு பழக்கம் உண்டாக்கப்படுகிறது. பழக்கம் திருஷ்ணைக்கு (ஆசை, தாகம்) காரணமாகின்றது. பிறகு மனம் இந்த பரிதாபகரமான, ஆதரவற்ற மனோதிடமற்ற சம்சாரியின் மீது தனுடைய ஆட்சியைச் செலுத்த ஆரம்பிக்கிறது. விவேகம் உதித்த உடனே மனத்தினுடைய சக்தி குறைக்கப்படுகின்றது. மனம் தன்னுடைய மூலஸ்தானமான இதயத்தை நோக்கிப் பின்வாங்க முயற்சிக்கின்றது. விவேகத்தின் மூலம் அதனுடைய விஷப்பற்கள் பிடுங்கப்படுகின்றன. விவேகத்திற்கு முன்னால் அதனால் ஒன்றும் செய்ய முடியாது. அது வீழ்த்தப்படுகின்றது. விவேகம் எழுப்பப்படும்பொழுது மனோபலம் மேலும் மேலும் உறுதியாக்கப்படுகிறது. இந்தப் பரிதாபகரமான சம்சாரத்தி

விருந்து வெளியேறுவதற்கு உதவியாக இருந்த விவேகத்திற்கு நன்றி.

இது நிலையானதையும், நிலையற்றதையும் பகுத்தறியும் விவேகத்தால் ஏற்பட்டது. இதுதான் நித்ய அநித்ய வஸ்து விவேகம். இது உண்மையையும் உண்மை அல்லாததையும் பகுத்துணரும் விவேகம். இது சத் அசத் விவேகம். இது தத்துவ அதத்துவ விவேகம். தத்துவம் என்பது ரஸம் அல்லது கோட்பாடு. அதத்துவம் என்பது சாரமற்றது. விவேகமானது இறைவனுடைய கருணையினால் பிறக்கிறது. அது ஸ்வாத்யாயத்தாலும் சத்சங்கத்தினாலும் பலப்படுத்தப்படுகிறது. இது சத்துவம் அல்லது தூய்மையின் வரப்பிரசாதம். அது நிலையானதை நிலையற்றதிலிருந்தும், ஆத்மாவை அனாத்மாவினின்றும் வேறுபடுத்துகின்றது. அதாவது சரியானதை தக்க காலத்தில், தக்க இடத்தில் செய்கின்ற சாமர்த்தியம் என்பதே இதன் பொருள். உங்களிடம் விவேகம் இருப்பின் உங்களிடம் நிலையான வைராக்கியம் இருக்கும். நீங்கள் விவேகத்தை இறைவனுடைய கருணையின் மூலமாகவும், தன்னலமற்ற சேவையின் மூலமாகவும், விசாரணை, ஸ்வாத்யாயம் ஆகியவற்றின் மூலமாகவும் விருத்தி செய்யலாம். இந்தத் திறமையைப் பிரகாசமாகவும், கூர்மையாகவும் வைத்திருங்கள். நீங்கள் அஜாக்கிரதையாகவும் விழிப்பில்லாமலும் இருந்தாலும் வைராக்கியமும் சாதனையும் தளர்ந்தாலும், லோகாயதவாதிகளுடன் தாராளமாகப் பழகினாலும் இது மழுங்கி விடக்கூடும்.

விவேகம் ஒரு சல்லடையைப் போல் வேலை செய்கிறது. இது விரும்பத் தகாதனவற்றை நிராகரித்து ஒப்பற்ற விரும்பத்தக்க அல்லது உண்மைப் பொருளை (ஆத்மனை) அனுமதிக்கிறது அல்லது

தேர்ந்தெடுக்கிறது. விவேகம் ஸ்திரமாக இல்லாவிடில் ஸ்பிரிட்டைப்போல் வெகுசீக்கிரத்தில் ஆவி ஆகிவிடும். விவேகத்தை எப்பொழுதும் பாதுகாத்து தீவிரப்படுத்து. விசாரம் தானகவே நடைபெறும். விசாரம் என்பது விவேகம் என்கின்ற எரிந்துகொண்டிருக்கும் ஊதுபத்தியிலிருந்து கிளம்புகின்ற வாசனையைப் போன்றது. விசாரம் என்பது ''நான் யார்?'' என்று விசாரணை செய்வது. இடைவிடாத பயிற்சியின் மூலம் விவேகமும் விசாரமும் பழக்கமாக ஆகிவிடும். நீங்கள் வேலை செய்து கொண்டிருக்கும் பொழுதுகூட அவற்றை அப்பியசிக்கலாம். உங்களிடம் விவேகமும் வைராக்கியமும் இல்லாவிடில் சக்தி ஓட்டைப் பானையிலிருந்து தண்ணீர் ஒழுகுவதைப்போல, தாராளமாக ஒழுகிப் போய்விடும். நீங்கள் விவேகத்திலும், வைராக்கியத்திலும் நன்ருக நிலைபெற்றுவிட்டால் அவை ஒரு நிரோத சம்ஸ்காரமாக (தடுத்து நிறுத்தும் சக்தி) வேலை செய்யும்.

ஆரம்பத்தில் விவேகத்தையும், விசாரத்தையும் பயிலும்போது சிந்தனையோடு கூடிய முயற்சிகள் தேவைப்படுகின்றன. பிறகு இடைவிடாத அப்பியாசத்தின் மூலம் அவை பழக்கமாகிவிடுகின்றன. நீங்கள் விவேகத்திலும் விசாரத்திலும் நிலைபெற்று விடுவீர்கள். விவேகமும் வைராக்கியமும் குணங்கள் மட்டும் அல்ல. அவை முறையான தினசரிப் பயிற்சி முறைகளும்கூட. விவேகமும் வைராக்கியமும் உங்களிடம் பழக்கமாக ஆகும்வரையில் நீங்கள் அதைப் பழகிவர வேண்டும். முன்னர் கூறப்பட்ட சூத்திரங்களை இடைவிடாது தியானித்துக் கொண்டிருக்கவும் அவை விவேகத்தையும் வைராக்கியத்தையும் உற்பத்தி செய்யும். விவேகமும் வைராக்கியமும் அஸ்திவாரக் கற்கள். நீங்கள் அஜாக்கிரதையாக இருந்தாலும், உங்களுடைய சாதனையிலே ஒழுங்காக இல்லாவிட்டாலும் விவேகமானது தேய்ந்துபோய்

விடும். விவேகத்தை உறுதியாக்குங்கள். உங்களிடம் விவேகம் இருக்குமாகில் நிரந்தரமான வைராக்கிய மும் நிச்சயமாக உங்களிடம் ஏற்படும். விவேகம் எனப்படும் உறுதியான அஸ்திவாரத்தின் மீதுதான் ஞானமாகிய பெரும் மாளிகை கட்டப்படுகின்றது.

வைராக்கியம்

வைராக்கியம் சாதன சதுஷ்டயத்தில் அல்லது ஆன்மீக சாதகனுக்கான நான்கு யோக்கியதாம்சங் களில் இரண்டாவதாகும். இது உலக போகங்கள் அனைத்திடமும் கொண்டுள்ள பற்றுதலையும் ஆசை யையும் விடுதலாகும். இது சத்விவேகத்திலிருந்து பிறந்து அதனுல் காக்கப்படுகிறது வைராக்கியம் அத்தியாவசியமானது. அது இல்லாமல் ஆன்மீக வாழ்க்கை எதுவும் சாத்தியமில்லை.

வைராக்கியம் ஒரு உயர்ந்த அபூர்வமான குண மாகும். இது உண்மையான அறிவிற்கும் அந்தரங்க ஞானத்திற்கும் அறிகுறி. இது உலகிலுள்ள சகல கல்வி அறிவையும்விட அதிகமானது. பாண்டித்ய மும் புலமையும் வைராக்யத்தைத் தொடர்ந்து வந் தால்தான் அவை மதிப்பும், அர்த்தமும் உடையன வாகின்றன. வைராக்கியம்தான் சாந்தி, ஆனந்தம், சகல பயங்களிலிருந்தும் விடுதலை ஆகியவற்றிற்கான வழியாகும். வைராக்கியம் உண்மையான பலம் ஆகும்.

பற்றற்று இருத்தலே வைராக்கியம். வைராக் கியம் என்பது புலன்வழி போகங்களிடத்து இங்கும் எங்கும் அசட்டையாக இருத்தல். வைராக்கியம் என்பது இந்திரிய வஸ்துக்களிடம் பற்றற்று இருத்தல். இறையுணர்வைப் பெறுவதற்கு இது ஒரு முக்கியமான தேவை.

மனிதன், ராகம் அல்லது ஆசை அல்லது பற்றின் காரணமாக இந்த உலகத்தோடு பிணைக்கப் பட்டிருக்கின்முன். அவன் வைராக்கியத்தின் மூலம் விடுவிக்கப்படுகின்முன். சத்தையும் அசத்தையும் பாகுபடுத்தி அறியக்கூடிய விவேகத்திலிருந்து பிறக்கும் வைராக்கியம்தான் நிரந்தரமானதாக இருக்கும். அப்பேர்ப்பட்ட வைராக்கியம்தான் உங்களுக்கு ஆன்மீக வளர்ச்சியையும் ஒளி விளக்கத் தையும் பெற உதவியாக இருக்கும். சொத்து நஷ்டத்தாலோ அல்லது மகனுடைய மரணத் தாலோ ஏற்படுகின்ற காரண வைராக்கியம் தாற்காலிகமானது. இது உங்களுக்கு உதவாது. இது அமோனியாவைப்போல் ஆவியாகக் கூடியது.

இந்திரிய வாழ்க்கை அல்லது இந்திரிய சுகத்தி லுள்ள குறைகளைக் கவனித்துப் பாருங்கள். நீங்கள் வைராக்கியத்தை வளர்ப்பீர்கள். இந்திரிய சுகம் கண நேரத்தது, ஏமாற்றக்கூடியது, மாயமானது, கற்பனையானது. போகம் ஒரு ஆசையைத் திருப்திப் படுத்த முடியாது. ஆனுல் அதற்கு நேர்மாருகத் தீவிரமான வேட்கை காரணமாக போகத்திற்குப் பின் அது மனத்தை மேலும் அமைதியற்றதாகச் செய்கிறது. இந்திரிய சுகம்தான் பிறப்பு இறப் புக்குக் காரணம். இது பக்தி, ஞானம், சாந்தி ஆகியவற்றின் எதிரி. பார்க்கப்படுவது, கேட்கப் படுவது, சாஸ்திர சம்பந்தமான போகங்கள்; ஆசையிலிருந்து விடுபட்டவனுடைய கட்டுப்பாடு, உணர்வு வைராக்கியம்.

எது பார்க்கப்படுகிற அல்லது கேட்கப்படுகிற வஸ்துக்களிடம் ஆசைப்படாத ஒருவனிடம் தோன் றுகிறதோ, எதில் ஒருவனுக்கு அந்த வஸ்துக்களைக் கட்டுப்படுத்திவிட்டதாக அல்லது அடக்கி ஆண்டு விட்டதாக உணர்வு ஏற்படுகிறதோ அக்குறிப்பிட்ட மனேநிலைக்கு வைராக்கியம் என்று பெயர்.

குறிப்புகள் : மனமானது எல்லாவிதமான
பற்றுதல்களிலிருந்தும் முற்றிலும் விடுபட்டிருக்கும்
போதுதான் அந்த உண்மையான ஞானம் உதிக்க
ஆரம்பிக்கிறது. அத்துடன் சமாதியும் கூடவே
சம்பவிக்கிறது. திருஷ்டா : இவ்வுலக வஸ்துக்கள்
காணக்கூடிய வஸ்துக்களாம். இரகசிய சக்திகள்,
மோட்சத்தில் பற்றுதல், விதேக நிலை, பிரக்ருதிலய
நிலை முதலியவை எல்லாம் சாஸ்திரீயமானவை.
ஒருவன் சகலவிதமான தூண்டுதல்களிலிருந்தும்
பூரணமாக விடுபட்டிருக்க வேண்டும். யோக
மாணுக்கன் பூரண வைராக்கியத்தில் நிலைத்திருக்கும்
பொழுது சமாதி தானுக வருகிறது. அசம்பிரக்ஞாத
சமாதியை அடைவதற்கு பரா வைராக்கியம்தான்
வழி. வைராக்கியத்தில் நான்கு படிகள் உள்ளன.

(1) யாத மனம்: இது மனத்தை இந்திரிய வஸ்
துக்களிடம் ஓடவிடாமல் தடுத்து நிறுத்துகின்ற
ஒரு முயற்சியாகும். (2) வ்யதிரேகை: சில வஸ்துக்
கள் உங்களைக் கவருகின்றன. நீங்கள் அந்தக் கவர்ச்
சியையும், பற்றையும் துண்டிக்க முயற்சிக்கின்றீர்
கள். இந்த வஸ்துக்களிடம் மெதுவாக வைராக்கியம்
வளருகிறது. பிறகு வைராக்கியம் முதிர்ச்சி அடை
கிறது. சில வஸ்துக்கள் உங்களைத் தூண்டிவிட்டுக்
கவரும்பொழுது நீங்கள் அவற்றை ஈவு இரக்கமின்றி
நிராகரித்துத் தள்ளிவிட வேண்டும். தூண்டுகின்ற
இந்த வஸ்துக்களிடம் வைராக்கியத்தை விருத்தி
செய்ய வேண்டியிருக்கிறது. அது பக்குவமடையவும்
வேண்டும். இந்நிலையில் நீங்கள் பல்வேறு வஸ்துக்
களிடம் உங்களுடைய வைராக்கியத்தின் அளவு
எவ்வளவு இருக்கிறது என்பதை உணர்கின்றீர்கள்.
(3) ஏகேந்திரியம்: இந்திரியங்கள் அசைவற்று
இருக்கின்றன அல்லது அடக்கி ஒடுக்கப்படுகின்றன.
ஆனல் மனத்திடம் வஸ்துக்களுக்கான ராகம்

அல்லது துவேஷம் இருக்கின்றது. இப்பொழுது மன மாகிய ஒரே இந்திரியம்தான் தனியாக இயங்கு கிறது. (4) வசீகரம்: வைராக்கியத்தின் உச்ச நிலேயாகிய இந்நிலேயில், வஸ்துக்கள் இனிமேல் உங்களேத் தூண்டுவதில்லே. அவைகள் எந்தவித மான கவர்ச்சிக்கும் காரணமாவதில்லே. இந்திரி யங்கள் முற்றிலும் அமைதியாக இருக்கின்றன. மனமும் விருப்பு வெறுப்புக்களிலிருந்து விடுபட் டிருக்கிறது. அப்பொழுது நீங்கள் எஜமானத்துவம் அல்லது சுதந்திரம் அடைகின்றீர்கள். உங்களுடைய எஜமானத்துவம் உங்களுக்குப் புலப்படுகிறது. வைராக்கியமின்றி எவ்விதமான ஆன்மீக முன்னேற் றமும் ஏற்பட முடியாது.

ஓர் அணு இன்பமானது பதினேந்து அணு துன்பத்தோடு கலந்து இருக்கிறது. துன்பம், பயம், கவலே ஆகியவற்ருேடு கலந்திருக்கும் இன்பம் ஒரு இன்பமே அல்ல. இந்த ஓர் அணு இன்பத்தை நன்கு நுணுகி ஆராய்ந்து பார்த்தால் அது காற்ருேடு காற் ருக மறைந்து போய்விடும். இது மனத்தினுடைய வெறும் விளேயாட்டு என்பதை நீங்கள் காண்பீர்கள். விழித்தெழுங்கள். உங்கள் கண்களேத் திறந்து பாருங்கள். விவேகத்தை விருத்தி செய்யுங்கள். காலம் இடம் உற்பத்தி ஆகியவற்ருல் கட்டுப் படுத்தப்பட்டிருக்கும் முடிவுள்ள வஸ்துக்களி லிருந்து உண்மையான சந்தோஷத்தை நீங்கள் பெற முடியாது. வஸ்துக்களிலிருந்து வேறுபட்டு சுதந்திரமாக இருக்கின்ற, நித்ய நிருபாதிக, நிரதிசய, ஆனந்த, சாஸ்வத, எல்லேயற்ற பேரானந் தத்தை உங்களுடைய இதயத்தில் அந்தர்யாமி யாக இருக்கின்ற அமர ஆத்மனிலிருந்துதான் பெற முடியும். ஆகவே புறப் பொருள்களே தயவு தாட் சண்யமின்றி ஒதுக்கித் தள்ளுங்கள். அப்பொழுது நீங்கள் வைராக்கியத்தை விருத்தி செய்ய முடியும்.

ஆன்மீகப் பாதைக்கு அஸ்திவாரக் கல்லாக இருப்பது வைராக்கியம்.

மனிதர்கள் ஏன் இந்திரிய சுகங்களை நாடி அலைகின்றார்கள்? சந்தோஷத்தைப்பற்றி அவர்களுடைய கருத்து என்ன? செய்த அதே இந்திரிய கர்மங்களைத் திருப்பித் திருப்பிச் செய்வதற்காகவா? அவர்களுக்கு சம்ஸ்காரங்கள் இருக்கின்றனவா? மனிதன் சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையினுடைய ஒரு ஜந்துவா? தகுந்த வழிகளால் அவனுல் சம்ஸ்காரங்களை அழிக்க முடியாதா?

அறியாமை காரணமாக மனிதன் வஸ்துக்களிடம் சுகத்தைத் தேடுவதற்காக அங்குமிங்கும் ஓடுகின்றான். ஒரு சிறிதளவு கார ரொட்டி, ஒரு தித்திப்பு பலகாரம், ஒரு மகன், ஒரு இளம் மனைவி, ஓரளவு அந்தஸ்து, அதிகாரம், செலவு செய்ய பாங்கியில் கொஞ்சம் பணம் ஆகியவைகள் இதயத்தை சந்தோஷத்தால் நிரப்பி நரம்புகளை அமைதிப்படுத்திவிடும். அவன் விரும்புவதெல்லாம் அவ்வளவே. ஆத்மசுகம், இந்திரியங்களுக்கப்பாற்பட்ட ஆனந்தம், சாந்தி, ஆன்மீகக் களிப்பு ஆகியன அவனுக்குத் தெரியாதவை. அவன் அதை வெறுக்கவும் செய்கிறான். உயர்ந்த மேலான விஷயங்களைப் பற்றிப் பேசுவோரையும் அவன் வெறுக்கின்றான். மனிதன் அவனுடைய சம்ஸ்காரங்களை புருஷார்த்தத்தின்மூலம் (சரியான முயற்சி) அழித்துவிட முடியும். அவன் சூழ்நிலையால் பாதிக்கப்படுகின்ற ஒரு ஜந்து அல்லன். அவன், அவனுடைய விதியின் எஜமானன்.

குழப்பமும் சந்தடியும் நிறைந்த உலக விவகாரங்களுக்கு மத்தியில், மனமானது அப்போதைக்கு (தாற்காலிகமாக) அது எவ்வளவு குறுகிய காலமாக இருப்பினும், அருவருக்கத்தக்க இந்த உலக வஸ்துக்களை விட்டு உயரக் கிளம்பி, ''எங்கிருந்து?''

''எங்கே ?,'' ''எவ்விடத்திற்கு ?'' ''இப்பிரபஞ்சத்தைப்பற்றி ஏன் ?,'' ''நான் யார் ?'' என்பன போன்ற வாழ்க்கையின் உயர்ந்த பிரச்சனைகளைப் பற்றிப் பிரதிபலித்துப் பார்க்கின்றபொழுது அமைதியும் சாந்தமும் நிறைந்த அந்த விடிைகள் வருகின்றன. மனப்பூர்வமான விசாரணையாளன் தீவிரமாக ஆகி அவனுடைய பிரதிபலிப்புக்களை நீடிக்கச் செய்கின்றான். அவன் ''உண்மை''யைத் தேடிப் புரிந்துகொள்ள ஆரம்பிக்கின்றான். விவேகம் அவனிடத்தில் உதயமாகின்றது. அவன் வைராக்கியம், மன ஒருமைப்பாடு, தியானம் உடல் மனம் ஆகியவற்றின் தூய்மை ஆகியவற்றைத்தேடி அதன் விளைவாக மிக உன்னதமான ஆத்மஞானத்தை அடைகின்றான். ஆனால் உலக வாசனைகளால் தோய்த்தெடுக்கப்பட்டிருக்கும் மனிதன் முற்றிலும் சட்டை செய்யாதவனாக இருக்கின்றான். அவன் ராகம், துவேஷம் எனப்படும் இரண்டு நீரோட்டங்களினால் தடுத்து நிறுத்த முடியாதபடி அடித்துச் செல்லப்பட்டு, உலகவிவகாரங்களாகிய கொந்தளிக்கும் சம்சார வெள்ளத்தில் ஆதரவற்ற வகையில் அலைக்கழிக்கப்படுகின்றான்.

இந்த உலகத்தில் புலன்வழி வாழ்வு எவ்வளவு நிலையற்றது ! புலன்வழி இன்பத்தின் அநித்யத் தன்மையையும், அதனோடு சேர்ந்த கேடுகளான துன்பங்கள், கவலைகள், தொல்லைகள், ஆவல்கள், அகால மரணம் ஆகியவைகளைப் பற்றியும் நீங்கள் இடைவிடாது சிந்தித்துப் பார்ப்பீர்களேயாகில் அப்பொழுது உங்களிடம் வைராக்கியம் மெதுவாக வளர்ச்சியடையும். மனைவி, மக்கள் அல்லது சொத்து ஆகியவற்றை இழப்பதனால் அந்த நொடிப் பொழுதில் ஏற்படுகின்ற வைராக்கியம் உங்களுக்கு அதிகமாக உதவாது. விவேகத்திலிருந்து பிறக்கின்ற வைராக்கியம்தான் ஆன்மீக முன்னேற்றத்தைக் கொடுக்கும்.

எவ்வாறு வெளிச்சத்திற்கு முன்பு இருட்டு இருக்க முடியாதோ அதுபோல் இந்திரிய சுகங்களுக்கு முன்பு ஆன்மீக ஆனந்தம் இருக்க முடியாது. ஆகவே உலக வஸ்துக்கள் அனைத்திடத்திலும் எல்லை கடந்த வெறுப்பைக் காட்டுங்கள். ஆசையை ஒழித்துக்கட்டுங்கள். மனத்தை புலன்வழிப் பொருள்களிடமிருந்து அப்பால் விலக்குங்கள். நீங்கள் வைராக்கியத்தை வளர்க்க முடியும்.

எந்த நிலையில் புருஷனைப் பற்றிய ஞானத்தின் காரணமாகக் குணங்களிடம் (சத்துவம், ரஜஸ், தமஸ்) உள்ள பற்றும் நீங்கிவிடுகிறதோ அந்த நிலையே பரா வைராக்கியம் அல்லது உன்னதமான பற்றின்மை எனப்படுகிறது.

குறிப்புகள் : இதற்கு முன்னர் கூறப்பட்ட சூத்திரத்தில் விளக்கப்பட்டிருக்கும் வைராக்கியம் அபரா வைராக்கியம் (தாழ்ந்தது) எனப்படும். இப்பொழுது மேலான் வைராக்கியம் வருகிறது. முன்னர் கூறப்பட்ட நிலையில் சத்துவ குணத்தின் ஆதிக்கம் அதிகமாக இருந்தது. சத்துவம் ரஜஸோடு கலக்கப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால் அதில் தமஸ் காணப்படுவதில்லை. யோகியானவன் சித்திகளை அடைந்து விதேகி அல்லது பிரகிருதிலயமாக ஆகி விடுகின்றான். பரா வைராக்கியத்துடன்கூடிய யோகி சித்திகளையும் நிராகரித்து சாக்ஷாத்காரம் அல்லது புருஷ தரிசனத்தைப் பெறுகின்றான். சாதாரண வைராக்கியத்தில் வாசனைகளும், சம்ஸ்காரங்களும் தென்படுகின்றன. ஆனால் பரா வைராக்கியத்தில் வாசனைகளும், சம்ஸ்காரங்களும் முற்றிலும் வகுக்கப்பட்டுவிடுகின்றன. பராவைராக்கியத்தில் ஆசைகளே இருக்கமாட்டா. பரிபூர்ண ஆசையற்ற நிலையே பரா வைராக்கியமாகும். கீதையில் இரண்டாவது அத்தியாயம், 59-வது சுலோகத்தில்

''இந்திரியங்களைத் தடுத்து வைப்பவனுக்கு விஷய அனுபவங்களில்லை; ஆசையுண்டு. பரமாத்மாவைத் தரிசித்தபின் அவனுடைய ஆசையும் அழிகிறது'' என்று கூறப்பட்டிருப்பதைக் காண்பீர்கள். இது தான் பரா வைராக்கியத்தின் நிலை.

விவேகத்திலிருந்து பிறக்கும் வைராக்கியம் தொடர்ச்சியானது, நிலையானது. இது ஒரு மாது ஒரு குழந்தையை பிரசவிக்கும் பொழுதோ அல்லது ஒரு மனிதன் சுடு காட்டில் சவ அடக்கத்தை கவனிக்கும் பொழுதோ தற்காலிகமாக ஏற்படு கின்ற அந்த வைராக்யத்தைப் போல சாதகனை ஒரு காலத்திலும் தவறச் செய்யாது. உலகிலுள்ள ஒவ்வொன்றும் பொய்யானது (மித்ய திருஷ்டி) என்கின்ற திருஷ்டியானது இவ்வுலக போகங் களிடத்தும் மறு உலக போகங்களிடத்தும் கூட வைராக்கியத்தை அல்லது பற்றற்ற தன்மையை ஏற்படுத்துகின்றது. நல்வினைகளின் பலன்கள் தீர்ந்து போய் விட்டால் ஒருவன் சொர்க்க லோகத் திலிருந்து இந்த மிருத்யு லோகத்திற்கு வரவேண்டி இருக்கிறது. சொர்க்கலோகத்திலும் கூட இதே விதமான ஐந்து வித இந்திரிய போகங்கள்தான் (கேட்டல், உணர்தல், பார்த்தல், சுவைத்தல், முகர்தல்) இருக்கின்றன. ஆனல் அவைகள் சூக்ஷ்ம மாகவும் தீவிரமாகவும் இருக்கின்றன. இது ஒரு விவேகிக்கு உண்மையான பிரத்தியக்ஷமான திருப்தி யைக் கொடுக்க முடியாது. அவன் சகல சுக போகங்களையும், சொர்க்கலோகத்தையும் கூட நிர்த்தாட்சண்யமாக நிராகரிக்கின்றான். அவன் அவற்றை ஈவிரக்கமின்றி உதைத்துத் தள்ளு கின்றான். ஆத்மன் அல்லது பிரம்மப் பேரானந்த சாகரத்திலே இம் மூவுலகில் சுகங்களும் ஒரு அற்பத்துளி மாத்திரமே என்பதை அவன் நன்கு உணர்ந்திருக்கிறான்.

கீழ்க்கண்ட கீதா சுலோக தியானமானது உண்மையான வைராக்கியத்தைத் தூண்டும். "இந்திரிய விஷயங்களில் தோன்றிய போகங்களே துன்பத்துக்கு ஏதுவானவைகளாம். ஏனெனில் அவைகள் ஆதியந்த முடையவை. குந்தியின் மகனே, ஞானிகள் அவைகளில் இன்பமடைவதில்லை" அத் V-22. "விஷயங்களில் விருப்பின்மை, அகங்காரமின்மை, பிறப்பு, இறப்பு, மூப்பு, பிணி, துயரம் ஆகியவைகளின் கேடு காணுதல்" அத். XIII-8. விஷய இந்திரியச் சேர்க்கையால் முதலில் அமிர்தம்போன்றிருந்து முடிவில் விஷம் போலாகும் சுகம்......" அத். XVIII-38. "நிலையற்றதும் சுகமற்றதுமாகிய இவ்வுலகைப் பெற்ற நீ என்னை பஜிப்பாயாக" அத் IX-33.

வைராக்யம் என்பது முற்றிலும் ஒரு மானசீக நிலை. செல்வங்களுக்கும் ஆடம்பரங்களுக்கும் மத்தியில் வசித்து வரும் ஒரு மனிதன் ஒரு குகையிலுள்ள சாதுவை விடச் சிறந்த வைராகியாக இருக்கக்கூடும். ஜனக ராஜாவும், சுடலை ராணியும் ராஜ்ய பரிபாலனம் செய்து வந்த போதும், முற்றிலும் பற்றற்ற நிலையில் இருந்தனர். ஆனால் அதே சமயத்தில் சிகித்வஜ ராஜா கௌபீன கமண்டலங்களோடு காட்டில் வசித்து வந்த போதிலும் அவனுடைய சரீரத்தின்மீதும் கமண்டலத்தின்மீதும் தீவிரமான பற்றுக் கொண்டிருந்தான். சில சாதுக்களிடம் காணப்படுகின்ற வைராக்கியத்தின் வெளி வேஷத்தைக் கண்டு உலகிலுள்ள சாதாரண மனிதன் ஏமாற்றப்படுகின்றான். சிலர் தங்களுடைய ஆடைகளை வீசி எறிந்து விட்டு, கோவணத்தை மட்டும் அணிந்து கொண்டு, தாங்கள் பெரும் வைராகிகள் என்று மக்களுக்குக் காட்டிக் கொள்வதற்காக, உடல் முழுதும் வெண்ணீறு பூசிக் கொண்டு இருக்கின்றனர். இது வெறும் அப்பட்ட

மான வெளிவேஷமல்லவா? பணத்தையும் சௌ கரியங்களையும் பெறுவதற்காகக் கையாளப்படும் குள்ளநரித் தந்திரமாகும். அவர்களிடத்தில் சகல விதமான ஆசைகளும், பற்றுதல்களும் இருக்கின்றன.

வைராக்கியம் என்பது சமுதாயத்தில் செய்ய வேண்டிய கடமைகளையும், வாழ்க்கையின் பொறுப்பு களையும் விட்டு விடுவதல்ல அதற்கு உலகத்தி லிருந்து பிரிந்து இருக்க வேண்டும் என்று அர்த்த மன்று. அதற்காக இமயமலையிலுள்ள ஏகாந்தமான குகைகளில் வசிக்க வேண்டுமென்பதோ அல்லது சுடு காட்டில் வாழவேண்டு மென்பதோ அல்ல. அதற் காக வேப்பிலைகளையும், பசு மாட்டுச் சாணத்தை யும், சிறு நீரையும் உண்டு ஜீவித்துக்கொண்டிருக்க வேண்டுமென்பதல்ல. அதற்காக ஜடாமுடி தரித்துக் கொண்டு கையிலே சுரை அல்லது தேங்காய் ஓட்டினால் செய்யப்பட்ட கமண்டலத்தை ஏந்திக் கொண்டு இருக்க வேண்டுமென்பதல்ல. அதற்காக மொட்டை அடித்துக் கொண்டு துணிகளை வீசி எறிந்துவிட வேண்டுமென்பதல்ல. வைராக்கியம் என்பது சகலவிதமான உலகத் தொடர்புகளினின் றும் மனத்தை வேறுபடுத்தி வைத்திருப்பதாகும். ஒருவன் உலகத்தில் இருந்து கொண்டு வாழ்க்கையில் தன்னுடைய நிலைக்கும் அந்தஸ்துக்கும் தக்க கடமைகளை பற்றற்ற நிலையில் செய்து கொண் டிருக்கலாம். அவன் ஒரு இல்லறத்தானாகவும் இருக்கலாம். அதனால் என்ன? அவன் குடும்பத் தோடும், குழந்தைகளோடும் வசித்து வரலாம். ஆனால் அதே சமயத்தில் அவனிடத்தில் சகல வஸ்துக்களிடமும் மானசீகமான பற்றற்ற தன்மை காணப்படலாம். அவன் தன்னுடைய ஆன்மீக சாதனையைச் செய்ய முடியும். இந்த உலகத்தில் இருந்து கொண்டிருக்கும் போதே பூரண மானசீகத்

துறவு நிலையுடன் இருப்பவன் ஒரு கண்கண்ட வீரனாவான். அவன் இமயமலைக் குகையிலுள்ள சாதுவைவிட மிகவும் மேலானவன். ஏனென்றால் அவன் அவனுடைய வாழ்க்கையில் ஒவ்வொரு விநாடியிலும் எண்ணற்ற தூண்டுதல்களுக்கு ஆளாக வேண்டியிருக்கிறது. ஒரு மனிதன் எங்குச் சென்ற போதிலும் அவன் தன்னுடன் சஞ்சலத்துடன்கூடிய ஒய்வில்லாத மனத்தையும் அவனுடைய வாசனைகளையும், சம்ஸ்காரங்களையும் சுமந்து செல்கின்றான். அவன் இமயமலையில் ஏகாந்தமாக இருந்த போதிலுங்கூட அவன் ஆகாயக் கோட்டை கட்டிக்கொண்டும் உலக விஷயங்களை எண்ணிக்கொண்டும் இருந்தால் அவன் அதே உலக மனிதனாகத்தான் இருக்கின்றான். அப்போது அவனுக்கு அந்தக் குகையும் ஒரு பெரிய நகரமாகவே ஆகிவிடுகிறது. மனம் அமைதியாக இருந்தால், அது பற்றுக்களிலிருந்து விடுபட்டிருந்தால், ஒருவன் கல்கத்தாவைப் போன்ற நகரத்தில் மிக ஜன சந்தடியான இடத்தில் உள்ள ஒரு மாளிகையில் வசித்து வந்த போதிலும் அவன் ஒரு பூரண வைராகியாகத் திகழ முடியும். அப்பேர்ப்பட்ட மாளிகையும் அவனால் ஒரு அடர்ந்த வனமாக மாற்றப்பட்டுவிடும்.

மனத்தினுடைய இரண்டு நீரோட்டங்களான விருப்பும், வெறுப்பும்தான் உண்மையிலே உலகம் அல்லது சம்சாரமாக அமைகின்றன. மனமானது கவர்ச்சியின் மூலமாக இன்ப வஸ்துக்களிடம் தீவிரமாகப் பற்றுக்கொள்கிறது; ஏனெனில் அது இன்பத்தைப் பெறுகின்றது. எங்கெங்கெல்லாம் இன்ப உணர்ச்சி இருக்கின்றதோ அங்கு அந்த இன்பத்தைக் கொடுக்கின்ற வஸ்துவோடு மனமானது பசை போட்டாற் போல ஒட்டிக் கொள்கிறது. இதுதான் பற்றுதல் என்று கூறப்படுகிறது. இது பந்தத்தையும் துன்பத்தையும்தான் கொடுக்கும் வஸ்து

வின் பின்வாங்கப் பெறப்பட்டாலோ, அல்லது அழிந்து விட்டாலோ மனமானது சொல்லொணுத துயரத்தை அடைகிறது. கவர்ச்சியே மனிதவர்க் கத்தின் துன்பங்களுக்கு மூல காரணம். துன்பத் தைக் கொடுக்கும் வஸ்துக்களை விட்டுமனம் விலகி ஓடுகிறது. மனத்தில் வெறுப்பு உதயமாகிறது. உதாரணமாக யாரும் ஒரு நாகத்தையோ ஒரு புலியையோ அல்லது ஒரு தேளையோ விரும்புவது இல்லை. விருப்பும்—இன்பமும், வெறுப்பும்-துன்ப மும் இணைந்து இருக்கின்றன. ஒரு உலக மனிதன் இந்த இரண்டு சக்தி பொருந்திய நீரோட்டங் களுக்கு அடிமையாக இருக்கின்றான். அவன் ஒரு துரும்பைப்போல அங்கும் இங்கும் அலைக்கழிக்கப் படுகின்றான். அவன் இன்பத்தைப் பெறும்போது சிரிக்கின்றான், துன்பம் வரும் போது அழுகின்றான். இன்ப வஸ்துக்களை அவன் இறுகப் பற்றிக் கொள் கிறான்; துன்பத்தைக் கொடுக்கக் கூடிய பொருள் களிலிருந்து விலகி ஓடுகின்றான்.

ஒரு வைராக்கியமுள்ள மனிதனுக்கு வேறு வித மான பயிற்சி கிடைக்கிறது. அவனிடம் முற்றிலும் வேறான அனுபவம் இருக்கிறது. தன்னை இந்த நிலையற்ற, அழியக் கூடிய வஸ்துக்களிலிருந்து வேறு படுத்திக் கொள்ளுகின்ற கலை அல்லது விஞ்ஞானத் தில் அவன் கை தேர்ந்தவனாக இருக்கின்றான். அவை களிடம் அவனுக்குச் சிறிதளவும் விருப்பு இல்லை. அவன் இடை விடாது நித்திய வஸ்துக்களில் நிலைத் திருக்கிறான். அவன் இன்ப, துன்பங்களில் காணப் படுகின்றதும் சாக்ஷியாக இருக்கின்றதுமாகிய உணர்வோடு தன்னை அபேதமாக்கிக் கொள் கின்றான். ஒரு உக்கிரமான புயலுக்கு மத்தியில், அவன் ஒரு மலைச் சிகரத்தைப் போல் நிலை குலையா மல், இந்த அற்புதமான உலகக் காட்சியை வேடிக் கை பார்ப்பவனாக நிற்கின்றான். இந்த இன்ப துன்ப

அனுபவங்களினுல் அவன் பாதிக்கப்படுவதே கிடை யாது. அவைகளிலிருந்து அவன் மதிப்பு மிக்க பாடங்களைக் கற்றுக் கொள்கின்றுன். அதாவது இன்ப வஸ்துக்களைக் கண்டு விருப்போ, துன்பப் பொருள்களைக் கண்டு வெறுப்போ அவனிடம் இல்லை. அல்லது அவன் துன்பத்தைக் கண்டு அஞ்சு வதும் இல்லை. துன்பமானது அவனுடைய முன் னேற்றத்திலும் பரிணுமத்திலும், அவனுடைய லக்ஷியப் பிரயாணத்திலும் மிகவும் உதவியாக இருக்கிறது என்பதை அவன் நன்ருக அறிவான். துன்பமே இவ்வுலகில் மிகச் சிறந்த ஆசிரியனுக இருக்கிறது என்று ஒப்புக் கொண்டிருக்கின்றுன்.

அன்பார்ந்த சாதகர்களே! இங்கு ஒரு எச்சரிக் கைக் குறிப்பு கொடுக்கின்றேன். நீங்கள் அஜாக்கிர தையாக இருந்தாலும், உலக மனம் கொண்ட எல்லா விதமான மக்களுடனும் ஒழுங்கில்லாத முறையில் கலந்து பழகினுலும் வைராக்கியம் வரவும் போகவுமாக இருக்கும். நீங்கள் வைராக்கி யத்தை உச்ச அளவிற்கு விருத்தி செய்ய வேண்டும். மனமானது ஒரு முறைதுறந்த வஸ்துக்களைத் திரும்பப் பெறுவதற்கு ஒரு பிணந்தின்னும் கழுகைப் போலக் காத்திருக்கின்ற வகையில் அமைக்கப் பட்டிருக்கிறது. அது பொன்னுன சந்தர்ப்பங்களுக் காகக் காத்துக் கொண்டிருக்கும். எங்கெங்கு, எவ் வெப் பொழுது மனமானது தனது படத்தை உயர்த்துகிறதோ (ஏனெனில் மனம் நாக பாம்பைப் போன்றது) ஆங்காங்கு அவ்வப்பொழுது நீங்கள் விவேகத்தினிடத்திலும், ஞானமும் வைராக்கியமும் நிறைந்த மகாத்மாக்களாகிய நுழைய வொண்ணுக் கோட்டைக்குள்ளும் தஞ்சம் புகுந்து விடவேண்டும். வைராக்கியத்தில் பல் வேறு விதமான அளவுகள் உள்ளன. பரா வைராக்கியமானது ஒருவன் பிரம் மத்தில் நிலை பெற்றிருக்கும் போது வருகிறது. வைராக்கியம் பூரணப் பழக்கமாக ஆகிவிடுகிறது.

ஒருவன் உலகத்திலிருந்து கொண்டிருக்கும் போதுகூட இன்பதுன்பங்களிலிருந்து அந்தரங்க மானசீக பற்றற்ற நிலையை வளர்த்து வர முடியும். அவன் உலகத்தினுடைய அதே இன்ப அனுபவங் களினுலேயே அடித்துச் செல்லப்படாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அவன் அவற்றைப் பற்றிக் கொள்ளக் கூடாது. அதே சமயத்தில் துன்பம் நிறைந்த அனுபவங்களைக் கண்டும் அஞ்சக் கூடாது. அவன் பேசாது ஒரு மௌன சாட்சியாக இருக்க வேண்டும். இவ்வாறு அவன் சில ஆண்டுகள் பழகி வந்தால் ஒவ்வொரு அனுபவமும் ஆன்மீக ஏணி யில் அவனுடைய ஏற்றத்திற்கு ஒரு உடன்பாடான படியாகத்திகழும். கடைசியாக அவன் மானசீகத் துறவு வெற்றி மகுடம் சூட்டப் படுகின்றன். பிறகு அவனிடம் கலங்காத சீரான மனம் காணப்படும். வைராக்கியமுள்ள ஒரு மனிதன்தான் இவ்வுலகில் ஈடிணையற்ற சந்தோஷமுடையவனும், செல்வந்தனு மாவான். மேலும் அவன்தான் மிக உன்னதமான சக்தி நிறைந்தவன் ஆவான். இப்பொழுது மாயை அவனை எப்படித் தூண்ட முடியும்?

சாதகர்கள் பர்த்ருஹரியின் வைராக்கிய சதகத்தையும், வைராக்கியத்தைப் பற்றிய இதர நூல்களையும் படிக்க வேண்டும். இது மனத்தில் வைராக்கியத்தை ஊட்டும். மரணத்தைப் பற்றி யும், சம்சாரத்தின் துன்பங்களைப்பற்றியும், ஞாபகப் படுத்திக் கொண்டிருப்பதும் பெருமளவிற்கு உங் களுக்கு உதவி புரியும். வாசகர்களுடைய கவனத் தை, தங்களோடு எப்பொழுதும் மனிதனின் மண்டையோட்டை வைத்துக் கொண்டிருக்கும் சில புத்த பிக்ஷுக்களின் பக்கம்திருப்புவதானது சம்பந்த மில்லாமல் போகாது. இது வைராக்கியத்தை ஏற் படுத்துவதற்கும், மானிட வாழ்க்கையின் நிலையற்ற, அழியக் கூடிய தன்மையை அவர்களுக்கு ஞாபக மூட்டுவதற்குமேயாகும். ஒரு சமயம் ஒரு வேதாந்தி

ஒரு பெண்ணினுடைய மண்டை ஓட்டைத் தன்னு டைய கைகளில் வைத்துக் கொண்டு இவ்வாருக தத்துவ விசாரணை செய்ய ஆரம்பித்தார். ''ஏ மண்டையோடே! சில காலத்திற்கு முன்பு நீ என்னை உன்னுடைய பளபளப்பான சருமத்தாலும், ரோஜா மலர்க் கன்னங்களாலும் தூண்டினுய். இப்பொழுது உன்னுடைய கவர்ச்சிகள் எல்லாம் எங்குச் சென்றன? இப்பொழுது அந்தத் தித்திக்கும் அதரங்களும், தாமரை மலர் போன்ற விழிகளும் எங்கே?'' இவ்வாருக அவர் தீவிரமான வைராக்கி யத்தை வளர்த்தார். நீங்கள் மானிட சரீரத்தின் பல் வேறு அங்கங்களையும் பகுத்துப் பார்த்து, உங்க ளுடைய மனக்கண்ணின் முன்பாக தசைகளையும் படம் பிடித்து வைப்பீர்களாகில் உங்களுக்கு உங்களு டைய சரீரத்தின் மீதோ ஒரு பெண்ணினுடைய சரீ ரத்தின் மீதோ பற்றுதல் என்பதே ஏற்படாது. ஏன் இந்த முறையைக் கையாண்டு பார்க்கக் கூடாது?

வைத்தியர்கள் வைராக்கியத்தை விருத்தி செய்துகொள்ள மிகப்பரந்த அளவில் இடமிருக் கிறது. அவர்கள் தினந்தோறும் பிணச் சோதனைச் சாலையில் இறந்த சடலங்களைப் பார்க்கின்றனர். இவ்வாறு அவர்களுக்கு மாயையை அவளுடைய நிர்வாண நிலையில் பார்க்கக்கூடிய எண்ணற்ற சந்தர்ப்பங்கள் கிடைக்கின்றன. இந்த மானிட உலகில் வாழ்க்கையின் நிலையற்ற தன்மையை இம்மி யளவும் சந்தேகத்துக்கிடமின்றி உணரமுடியும். சிறைச் சாலைத் தலைவருக்கும் அங்குள்ள இதர உத்தியோகஸ்தர்களுக்கும் அவர்கள் சத்தியத்தை யும், விடுதலையையும் விரும்புபவர்களாக இருந் தால், வைராக்கியத்தை வளர்த்துக்கொள்ள அருமையான சந்தர்ப்பங்கள் இருக்கின்றன. ஒதுக் கித் தள்ளிய ஒரு கைதியைத் தூக்கிலிடுகின்ற காட்சி யானது அவர்களுடைய கண்களைத் திறக்கும்.

இந்திரிய போகத்திற்கான ஆசை எல்லோருடைய உள்ளங்களிலும் ஆழமாக வேரூன்றி இருக்கிறது. ரஜோ குணம் படைத்த மனமானது ஒரு சிறு விநாடிகூட ஏதாவது ஒரு போக விஷயத்தைப் பற்றி எண்ணுமல் இருக்க முடியாத வகையில் அமைக்கப்பட்டிருக்கிறது. மக்கள் பல்வேறு விதமான சூக்ஷ்ம போகங்களைக் கண்டு பிடிக்கின்றனர். தற்கால விஞ்ஞானமானது போகத்திற்குரிய நாசுக்கான வழிகளைக் கண்டு பிடிப்பதில் அற்புதமாக உதவிபுரிந்திருக்கிறது. தற்கால நாகரிகம் என்பது இந்திரிய சுகபோகத்தின் மறு பெயரே ஒழிய வேறில்லை. ஓட்டல்களும், சினிமாக்களும், ஆகாய விமானங்களும், ரேடியோக்களும் புலன் வழி போகத்தைத் தீவிரப்படுத்துகின்றன. மனிதன் தன்னுடைய சுவை உணர்வைத் திருப்திப்படுத்துவதற்காகப் புதுப்புது உணவு வகைகளையும், புதுப்புது சர்பத் வகைகளையும், புதுப்புது பான வகைகளையும் கண்டுபிடிக்கிறுன். வருஷத்திற்கு வருஷம் உடையலங்காரத்தில் புதுப்புது மோஸ்தர்கள் வந்து குவிந்த வண்ணமாக இருக்கின்றன. அதேபோல முடியலங்காரத்திலும் பல விதங்கள். உண்மை வழியைக் கடைப் பிடித்து வரும் மனிதன் கூட அவனுடைய யோகப் பயிற்சிகளின் மூலம் நிரந்தரமானதும் தீவிரமானதுமான இந்திரிய போகங்களைக் கண்டு பிடிக்க விரும்புகின்றுன். அவன் அமரத்துவத்தைக் கொடுக்கக்கூடிய தேவாமிர்தத்தை கற்பக விருக்ஷத்திற்கடியில் இந்திரனேடும் இதர தேவதைகளோடும் சேர்ந்து கொண்டு சுவைக்க விரும்புகின்றுன். அவன் அப்ஸர கன்னிகள், காந்தர்வர்கள் ஆகியோருடைய தேவகானத்தைக் கேட்க ஆசைப்படுகின்றுன். இவைகள் எல்லாம் சூக்ஷ்மத் தூண்டுதல்களாகும். உண்மையான சாதகன் இங்கும் இதற்குப் பிறகும் உள்ள எல்லாவிதமான மெருகிடப்பட்ட சூக்ஷ்மமான தீவிரமான ரூபங்களிலுள்ள

சுக போகங்களை உறுதியாக ஒதுக்கித்தள்ளுவான். அவன் அவற்றை வாந்தி பண்ணப்பட்ட பொருளைப் போல, குப்பையைப் போல, அல்லது கழுதையின் மூத்திரத்தைப் போல அல்லது விஷத்தைப் போலக் கருதுவான்.

தபசின் பெயரால் அநாவசியமாக உடலைச் சித்திரவதைச் செய்வது மிகவும் கண்டிக்கத் தக்கது. இது அறிவிலிகள் செய்கின்ற அசுர தபசாகும். இது கீதையில் கிருஷ்ண பரமாத்மாவால் கண்டிக்கப் பட்டுள்ளது. உடலானது ஆண்டவனுடைய நடமாடும் கோவிலாகும். இது பேரின்பம் அடைவதற்கான ஒரு கருவியாகும். இந்த உடலானது திடகாத்திரமாகவும், ஆரோக்கியமாகவும் வைக்கப் படா விட்டால் உங்களால் எந்த விதமான சாதனையும் செய்ய முடியாது. வைராக்கியத்திடம் பற்றுக் கொள்ளுதலும் இந்திரிய வஸ்துக்களிடம் பற்றுக் கொண்டிருப்பதைப் போன்றதொரு தீமையே யாகும். சாது சந்நியாசிகளின் இந்த அபிமானமானது உலகாயதவாதிகளின் அபிமானத்தைக் காட்டிலும் அபாயகரமானதும் மூர்க்கத்தனமானதுமாகும்.

வைராக்கிய அபிமானம் ஒரு பயங்கரமான அழிபுண். சரீர எண்ணம் இருக்கும் வரையிலும் வைராக்கிய அபிமானத்தை ஒழிப்பது கடினம். ''நான் ஒரு பெரிய வைராகி அல்லது தியாகி'' என்கின்ற உணர்ச்சிக்கு வைராக்கிய அபிமானம் என்று பெயர். மனித வர்க்கத்தின் சேவைக்காக அர்ப்பணிக்கப்பட்டுவிட்ட ஒரு சந்நியாசியினுடைய உடலானது ஒரு பொதுச் சொத்து. அவருக்கு அதன் மீது எந்த விதமான உறவும் இல்லை. ஏனென்றால் அவர் சரீரத்தினுடைய நிலை பேற்றை மறுத்து ''நான் சிவமாக இருக்கிறேன்'' (சிவோஹம்)

என்று எப்பொழுதும் உணர முயற்சிக்கின்ருர். பொது ஜனங்கள் அவருடைய சரீரத்தைக் கவனித்துக் கொள்வார்கள்.

பகவான் புத்தர் உடலே வருத்தி கடுந்தவம் புரிந்து உணவை விட்டொழித்தார். இருந்த போதிலும் அவரால் லக்ஷியத்தை அடைய முடிய வில்லை. அவர் கீழ்க்கண்ட கருத்தைக் கொண்ட ஒரு கீதத்தைக் கேட்டார்.

''வீணையின் தந்திகள் மிகவும் விரைப்பாகவோ அல்லது தளர்ந்தோ இல்லாது சீராக இருக்கும் போது நாட்டியம் ஒழுங்காக நடைபெறுகிறது. தந்தியை அளவுக்கு மீறி முடுக்கினுல் அது துண்டிக்கப்பட்டு நாதம் பறந்தோடி விடுகிறது. தந்தி மிகவும் தளர்ந்து விட்டாலும் அது ஊமையாகி கீதம் மறைந்துவிடுகிறது. சீரான நிலையிலுள்ள வீணை நம்மை உற்சாகப்படுத்துகிறது.''

பிறகு அவர் உணவு உட்கொண்டார். நடுத்தரமான வழியைப் பின்பற்றி நிர்வாணத்தை அடைவதில் வெற்றிகண்டார். பூர்ணத்துவத்தை அடைய அளவு கடந்த தவம் தேவையே இல்லை. தேவைப்படுவதெல்லாம் திடமான விவேகத்திலிருந்து பரந்த திடமான மனே வைராக்கியம்தான். கடுந்தவம் புரிவதற்கு எல்லா உடல்களும் தகுதியுடையவைகளாக இருப்பதில்லை. கடுந்தபசின் மூலம் உடலை அளவுக்குமிஞ்சி துன்புறுத்தினுல் அது கீழே விழுந்து விடும். தபசின் பெயரால் உங்களுடைய ஆரோக்கியத்தையும் சரீரத்தையும் கெடுத்துக் கொள்ள வேண்டாம். உறுதியான ஆரோக்கியமான தேகத்தை உடையவர்களாக இருங்கள்; ஆனுல் தேகத்திடம் அபிமானம் வைக்காதீர்கள். ஒரு நல்ல காரியத்திற்காக அதை எந்த நேரத்திலும் தியாகம் செய்யத் தயாராக இருக்க வேண்டும்.

குதிரைக்காவலன் அது அதிக வேலை செய்திருக்கும் பொழுதும், அது நோய்வாய்ப் பட்டிருக்கும் பொழுதும், அதற்குத்தேவையான சத்துள்ள தீனியைக் கொடுக்கிறான். அப்பொழுதுதான் அது மேற்கொண்டு வேலைக்குத் தயாராக இருக்கிறது. அதே போல இந்த உடலுக்கும் சரியான சத்துப் பொருளைச் செலுத்தவேண்டும். அப்பொழுதுதான் அது திறமை மிக்க வேலையைச் செய்யும். அப்பொழுதுதான் அது அளவுக்கு மிஞ்சிய வேலை அல்லது நோயின் காரணமாக இழந்த சக்தியை மீண்டும் பெற முடியும். இந்த உடல் சரியாகக் கவனிக்கப் படாவிட்டால் வேலை பாதிக்கப்பட்டுவிடும். சரீரம் மூப்படையும்பொழுது அது குளிரினின்றும் பாது காக்கப்பட்டு நன்றாகக் கவனித்துக்கொள்ளப்பட வேண்டும். இப்பொழுது கடுமையான திதிக்ஷையைப் பழகினால் அது சீக்கிரத்தில் உடைந்துவிடும். அதன் பயனாக அமரத்துவமும் பயமின்மையுமாகிய அக்கரையை அடைய முடியாமற் போய்விடும்.

ஓ ராமா, இந்த உடலை அலட்சியப்படுத்தாதே. தங்களுடைய வாழ்க்கையை மானிட வர்க்கத்தின் தொண்டிற்காக அர்ப்பணித்துவிட்ட அந்த தன்னல மற்ற தியாக புருஷர்களிடமிருந்து சமூகமும், பிரகிருதியும் எவ்வளவு வேலையைக் கறக்க முடியுமோ அவ்வளவு வேலையைக் கறந்துவிடும், தொடர்ந்து கறந்துகொண்டிருக்கும். அவர்களுடைய உடலிலிருந்து கடைசி மூச்சு பிரிந்து செல்லும்வரை அவர்கள் சேவையோடு பிணைக்கப்பட்டிருக்கின்றனர். மஹாவிஷ்ணு பிரகலாதனைப் பார்த்து ''எனது அன்பார்ந்த பிரகலாதா! போதும் உன்னுடைய தபஸ்; உன்னுடைய சரீரத்தைப் பாதுகாத்துக் கொள். உன்னுடைய சமாதியிலிருந்து எழுந்திரு. இப்பொழுது மக்களுக்குத் தொண்டு செய். பக்தியைப் பாரெங்கிலும் பரப்பு'' என்று உபதேசிக்கின்றார். ''நான் ஒரு தியாகி,'' ''நான் ஒரு

வைராகி'' என்கின்ற எண்ணத்தை எவன் துறந்தவனாக இருக்கின்றானோ, எவன் தன்னை அழியாத ஆத்மாவாகிய மௌன சாட்சியோடு அபேதப்படுத்திக்கொள்வதின் மூலம், தானாக வருபவற்றை ஏற்றுக்கொள்ளாமலோ அல்லது நிராகரிக்காமலோ இருக்கின்றானோ, எவன் விஷயங்களுக்கிடையில் சஞ்சரித்துக்கொண்டிருந்த போதிலும் எப்பொழுதும் ''நான் அகர்த்தா'' :''நான் அபோக்தா'' என்று உணருகின்றானோ அவனை யோகவாஸிஷ்டம் ''மஹா தியாகி'' என்றும் ''மஹா போகி'' என்றும் வர்ணிக்கின்றது. ஆனால் விஷயங்களில் உலவுகின்ற மனவேந்தன், விருப்பு வெறுப்பற்றனவும், ஆத்ம வசப்பட்டனவும் ஆகிய இந்திரியங்களால் மனத்தெளிவை அடைகின்றான்'' என்று கீதை பகர்கிறது. (அத். II - 64.)

சில கற்றுக்குட்டிகளும், போலி மாந்தர்களும் தங்களை ''மஹா தியாகிகள்'' என்றோ அல்லது ''மஹா போகிகள்'' என்றோ காட்டிக்கொள்கின்றனர். அவர்கள் சாஸ்திரத்திலிருந்தும் பின்வரும் மேற்கோள்களை எடுத்துக் காட்டுகின்றனர். ''நாங்கள் நாக்குகளின்றிச் சாப்பிடுகின்றோம். நாங்கள் கண்களின்றி பார்க்கின்றோம்.'' திருடன் அல்லது வெளி வேஷக்காரன் சீக்கிரம் அகப்பட்டு விடுவான். அவர்கள், தங்களுடைய ருசியைத் திருப்திப்படுத்துவதற்காக கங்கையிலிருந்து மீன்களைப் பிடித்துக்கொண்டு ''நை நம் சிந்தந்தி சஸ்த்ராணி நைநம் தஹதி பாவக:। ந சைனம் க்லேதயந்த்யாபோ ந சோஷயதி மாருத:। (அத் II - 23) ஆயுதங்கள் ஆத்மாவை வெட்டமாட்டா. தீ அதை எரிக்காது, நீர் நனைக்காது, காற்றும் அதை உலர்த்தாது'' என்று கீதையிலிருந்து மேற்கோள் எடுத்துக் காட்டுபவர்களைப் போன்றவர்களாவார்கள். இது கோணல் புத்தி படைத்த நெறிதவறியவர்களின்

மிக உன்னதமான வேதாந்தமே! முலாம் பூசப் பட்ட நகைகள் நீண்ட நாட்கள் பிரகாசத்துடன் இருக்கமுடியாது. இரவல் வாங்கிய மயிலிறகினுல் போர்த்தப்பட்டு மின்னுகின்ற காக்கை சீக்கிரத்தில் கண்டுபிடிக்கப்பட்டுவிடும். அவர்களுடைய தோற்றங்களும், வாசனைகளும் வெடித்து வெளியே வந்துவிடும். அருகிலிருக்கும் எந்த ஒரு சாதாரண மனிதனும் வெளிவேஷக்காரனை சிரமமின்றிக் கண்டு பிடித்து விடக்கூடும்.

ஒரு மஹா தியாகி அல்லது மஹாபோகி சில மாம்பழங்களையோ அல்லது ஒரு கோப்பை பாலையோ, அவைகள் தாமாக வரும் பொழுது ஏற்றுக்கொள்ள மறுக்க மாட்டார். ஆனுல் அவர் அவைகளுக்காக ஏங்க மாட்டார். ''இன்று நல்ல மாம்பழங்களை அல்லது சுவையான பாலை அனுபவித் தேன்'' என்று அவர் கூற மாட்டார். ஒருவன் கடும் நோய்வாய்ப்பட்டு, கெட்டியான உணவுப் பதார்த் தங்கள் எதையும் சாப்பிட முடியாமல், அவனுக்குப் பால் தேவை என்ற உணர்ச்சி ஏற்பட்டு, பால் வாங்க அவனிடம் பணம் இல்லாதிருந்து, அந்தச் சமயத்தில் ஒரு பக்தன் எதிர்பாராத விதமாக தானுக முன்வந்து கொஞ்சம் பாலைக் கொடுத்தால், அந்நிலையில் அவன் அதை மறுக்கக்கூடாது. கடவுள் விநோதமான முறையில் வேலைசெய்கிருர். பலவித மான ஆட்களினுடைய மனங்களின் மூலமாக வேலைசெய்து அவர் தன்னுடைய பக்தர்களைப் பாதுகாக்கின்ருர்.

சில சமயங்களில் இரவு நேரத்தில் குழந்தை தூங்கிக் கொண்டிருக்கும் நிலையில் சாதம் சாப்பிடு கிருன். காலையில் எழுந்ததும் தாயானவள் குழந்தாய் ''நீ நேற்றிரவு சாதம் சாப்பிட்டாயா?'' என்று சொல்லும் பொழுது அதற்கு அவன்

''நேற்றிரவு நான் ஒன்றுமே சாப்பிடவில்லையே'' என்று கூறுகின்றான். ஒரு ஜீவன் முக்தன் அல்லது மஹா தியாகி அல்லது மஹா போகியினுடைய நிலையும் இதைப் போன்றதுதான். அவன் சாப்பிடுகின்றான். இருந்த போதிலும் அவன் சாப்பிடுவதில்லை. அவன் வாயின்றிச் சாப்பிடுகின்றான். மூக்கின்றி முகர்கின்றான். சில சமயங்களில் ஒருவன் கனவு கண்டுகொண்டிருக்கும் பொழுது இரவில் பேசுகின்றான். அவன் விழித்தபிறகு ''ஓ ராமா! நேற்றிரவு நீ கனவு கண்டு கொண்டிருக்கும் பொழுது பேசினாயே. உனக்குத் தெரியுமா?'' என்று கேட்டால் அதற்கு அவன் ''எனக்கு ஒன்றும் ஞாபகமில்லை'' என்று கூறுகின்றான். ஒரு ஜீவன் முக்தன், அல்லது ஒரு மஹா தியாகி அல்லது மஹாபோகியினுடைய நிலை இதுபோன்றதே.

துர்வாசர் வயிறு நிறைய சாப்பிட்டார். இருந்தபோதிலும் ''நான் ஒரு நித்ய உபவாசி. நான் எதையும் சாப்பிடுவதில்லை. நான் அருகம்புல் ரசத்தை மட்டும் எடுத்துக் கொள்கிறேன்'' என்று கூறினார். ஏனென்றால் அவர் தன்னை எப்பொழுதும் சாட்சியாகவும், அபோக்தாவாகவும் உள்ள ஆத்மாவோடு அபேதமாக்கிக் கொண்டார். கிருஷ்ணபரமாத்மாவானவர் ராதை, ருக்மிணி, சத்தியபாமை ஆகியோருடன் கூடியிருந்த போதிலும் அவர் ஒரு நித்திய பிரம்மச்சாரியாகவே கருதப்படுகிறார். திருவள்ளுவர் தனது தர்ம பத்தினியைப் பார்த்து ''என தன்பே! நீ ஆற்றிடம் சென்று நித்திய பிரம்மச்சாரியாகிய எனது கணவர் உன்னை வழிவிடச் சொல்லி ஆணையிட்டிருக்கிறார் என்று சொல். அவள் அதற்கு உடனே இணங்கிவிடுவாள். நீ படகின் துணையின்றி அதைக்கடந்து செல்லலாம்'' என்று கூறினார். அவ்வம்மையாரும் தனது கணவன் கூறிய வார்த்தைகளை ஜெபித்து உடனே ஆற்றைக்

கடந்து சென்றார். அம்மையாருக்கு தனது கணவ ஞரின் வார்த்தைகளைக் கேட்டு பெருத்த ஆச்சரியம் ஏற்பட்டது. அவர் வள்ளுவரைப் பார்த்து ''பிராண நாதா! தாங்கள் என்னுடன் இல்லறம் நடாத்தி வருகின்றீர்கள். இருப்பினும் தங்களை நித்திய பிரம்மச்சாரி என்று கூறிக்கொள்கிறீர்கள். எனக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கிறது. எனக்குத் திகைப்பேற் படுகிறது. இந்தத் தத்துவத்தை எனக்கு விளக்கு வீராக'' என்று வினவினர். அதற்குத் திருவள்ளுவர் 'நான் அழியா ஆத்மா. இதை நான் நேரடியான அனுபவத்தின்மூலம் உணர்ந்திருக்கின்றேன். நான் எதையும் செய்வதில்லை. நான் மௌன சாட்சியாக இருக்கிறேன். இந்திரியங்கள், உடல், மனம், அறிவு ஆகியவை எல்லாம் என்னுடைய கருவிகள். நான் அவைகளிலிருந்து முற்றிலும் வேருனவன்'' என்று பதிலிறுத்தார். திருவள்ளுவருடைய மனைவியார் ஆத்மாவின் தன்மையைப் புரிந்துகொண்டு மௌன மாக இருந்துவிட்டார்.

ஆரோக்கியக் குறைவாக இருக்கும் சாதாரண மனிதர்கள் கடுந்தவத்தை மேற்கொள்ளலாகாது. காயசித்தியை அடைந்தவன் வேண்டுமானல் எந்த விதமான தபசையும் செய்யலாம். ஏனெனில் அவனுடைய சரீரம் வைரம் பாய்ந்தது. ஆரோக் கியக் குறைவாக உள்ள ஒருவன் உணவை விட் டொழித்து வேப்பிலையை மட்டும் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருந்தால் கடைசியில் அவனுக்குப் பலவித மான வயிற்றுக் கோளாறுகள் ஏற்பட்டு சீக்கிரம் மரணமேற்பட்டுவிடும். தாமச தபஸைச் செய்பவர் களுக்குக் கிட்டும் பலன் இதுதான்.

துவந்துவங்களை நீங்கள் வென்றிருந்தால் அதாவது உஷ்ணம், குளிர் போன்றவைகளின் மீது ஜெயம் பெற்றிருந்தால், கடுமையான உஷ்ணத்தை யும், கடுங்குளிரையும் நீங்கள் சகித்துக் கொள்ள

முடிந்தால், பனியால் மூடப்பட்ட கங்கோத்ரியில் ஆடையின்றி உங்களால் இருக்க முடிந்தால் அது மிகவும் போற்றத்தக்கதே. ஆனால் உங்கள் உடல் மெலிந்திருக்கும் பொழுது கோடை வெயிலில் சில மணிநேரம் நிற்கமுயன்றாலோ, திடீரென்று கங் கோத்ரியில் உங்கள் ஆடைகளைக்களைந்து எறிந்து விட்டாலோ நீங்கள் அந்தக்கணத்திலேயே சூரிய வெப்பத்தாலோ நிமோனியா ஜுரத்தினாலோ இறந்து விடுவீர்கள். இம்மாதிரியான கடுமையான பயிற்சிகளை அப்பியசிக்க நீங்கள் முயற்சிக்கக் கூடாது. உங்களுடைய மூடப்பயிற்சிகள் அல்லது தாமச தபசினால் இப்பிறவியில் ஜெபம், தியானம் ஆகியவற்றின் மூலம் ஒரு சிறிதளவு கிடைக்கவிருக் கும் பயனையும் இறைவனால் அளிக்கப்பட்ட ஒரு சந்தர்ப்பத்தையும் நீங்கள் இழந்தவர்களாவீர்கள்.

ஒருவன் இருந்தாற்போல் திடீரென்று ஆடை களை உதறித் தள்ளிவிட்டான். அவனுக்கு வாத நோயும், மலேரியா ஜுரமும், மண்ணீரல் வீக்கமும் ஏற்பட்டு சிறிது காலத்தில் இறந்துவிட்டான். நோயுற்றிருந்த காலத்தில் தற்காலிகமாக அடக்கி வைக்கப்பட்டிருந்த ஆசைகள் எல்லாம் இரட்டிப்பு மடங்கு சக்தியுடன் தலையெடுக்க ஆரம்பித்தன. அவன் நாவிற்கு அடிமையானான். அவன் பலவித மான உணவுகளுக்காக ஏங்கினான். அவனால் அவற்றை அடக்க முடியவில்லை. அவன் பகுத்தறி வின்றி அறிவீனமாகக் கண்டதைச் சாப்பிட்டு கடும் வயிற்று நோயால் மரணமடைந்தான்.

ஒருவன், ''நான் சில வருஷங்களாக தியானம் செய்து வந்தும் இன்னும் ஆத்மானுபூதியை அடைய வில்லை. ''நான் அழியாத ஆத்மா'' என்ற பாவனை யோடு தற்கொலை செய்து கொள்ளப் போகிறேன். என்னிடம் பூர்ண வைராக்கியம் இருக்கிறது. என்னை

எந்தப் பாவமும் பற்றிக் கொள்ளாது. ஏனெனில் என்னுடைய நோக்கம் தூய்மையானது. நான் ஆத்மானுபூதியை அடைந்துவிடுவேன்'' என்று கூறினான். அவன் அந்தக் கொடூரச் செயலை காரியத்திலும் நிறைவேற்றிவிட்டான். சாஸ்திரங்களில் எங்காவது அதுபோன்ற வாக்கை பார்த்திருக்கின்றீர்களா? நிச்சயமாகக் கிடையாது. இது வரம்புகடந்த அறிவீனமாகும். உண்மையான வைராக்கியத்தின் தன்மை இன்னதென்று அறியாத, சிலகாலம் அவர்களுடைய குருமார்களிடம் அவர்கள் உபதேசப்படி இருந்து வராத சில மனிதர்கள் இம்மாதிரியான தகாத காரியங்களைச் செய்கின்றனர். அவர்களுடைய பாவம் (நோக்கம்) தூய்மையானதாக இருப்பினும் தவறான தபசை மேற்கொண்ட காரணத்தினால் அவர்களால் ஒரு பொழுதும் விடுதலையை அடைய முடியாது. அச்செயலைச் செய்கின்ற அந்த நேரத்தில் ''நான் ஆத்மாவாக இருக்கின்றேன்'' என்கின்ற 'மனோ' பாவத்திற்கு அவர்களால் இடங்கொடுக்கமுடியாது. நெருக்கடியான சூழ்நிலையில் பயங்கரமான எண்ணங்கள் வந்து சூழ்ந்து கொள்ளும். அவர்கள் பிரேத (பிசாசு) கதியை பிரத்தியட்சமாகப் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டியதுதான்.

மனத்தை அதனுடைய பழைய பழக்கங்களிலிருந்தும், ஆசைகளிலிருந்தும் படிப்படியாக மறக்க வைக்க வேண்டும். அதனுடைய இன்ப கேந்திரங்களை திடீரென்று நீங்கள் துண்டித்துவிட்டால் அது திகைப்படைந்துவிடும். அதன் காரணமாகத்தான் அளவுக்கு மீறிய வைராக்கியத்தைக் கையாளும் இளம் சாதகர்கள் தற்கொலை புரிந்து கொள்ளுகின்ற பாதகச் செயலைச் செய்கின்றனர். நீங்கள் உங்களுடைய மனத்தை தியானத்தில் படிப்படியாகப் பழக்கி அந்தரங்க ஆனந்தத்தைச் சுவைக்கச்

செய்யவேண்டும். அது சிறிது சிறிதாக அதனுடைய பழைய பழக்க வழக்கங்களையும் ஆசைகளையும் விட்டுவிடும். பிறகு நீங்கள் உங்களை உண்மையான வைராக்கியத்தில் நிலை நிறுத்திக்கொள்ளலாம்.

விவேகம் எவ்வளவு அதிமாக இருக்கிறதோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு உண்மையான வைராக்கியம் ஏற்படும். வைராக்கியமாகிய மலரானது இந்த உலகம் வெறும் தோற்றமே என்றும், இது துன்பங்கள் நிறைந்தது என்றும், பிரம்மன் மட்டுமே ஞானமும், ஆனந்தமும் நிறைந்த ஒரே ஒரு உண்மைப் பொருள் என்றும் புரிந்து கொள்வதின் மூலமும், இடைவிடாது தியானத்தை அப்யஸிப்பதின் மூலமாகவும், நீண்ட காலம் அனுபூதிமான்களுடன் தொடர்பு கொண்டிருப்பதின் மூலமாகவும், அந்தக்கரணமாகிய தோட்டத்தில் படிப்படியாக வளர்ச்சியடைகின்றது. கடைசியாக உலக வஸ்துக்கள் எல்லாம் வைராக்கியம் படைத்த ஆத்மாவுக்கு முன் திரணமாக அல்லது பயனற்றவைகளாகத் தோன்றும். உலகிலுள்ள செல்வங்கள் அனைத்தும் அவனுக்குக் கொடுக்கபட்டாலும் கூட அவன் அவனுடைய புதிய ஆன்மீக வாழ்க்கையைக் கைவிடமாட்டான்.

மானிடர்கள் தாங்கள் மிகவும் விரும்புகின்ற உணவுப் பொருட்களைச் சிலகாலம் நீக்கிவிட்டு இருத்தல் வேண்டும். அவர்கள் இந்திரியங்கள் அனைத்தையும் பூர்ணமான முறையில் ஒழுங்குபடுத்த வேண்டும். அவர்கள் எப்பொழுதும் எளிய வாழ்க்கையை நடத்தவேண்டும். அவர்கள் எப்பொழுதும் எளிய உணவை உட்கொள்ள வேண்டும். ஆனல் அவர்கள் வைராக்கிய அபிமானத்திற்கு அடிமைகளாகி விடக்கூடாது. வைராக்கியம் என்பது ஒரு மனோநிலை. மனிதன் இந்திரிய விஷயங்களைப் பற்றிக் கொண்டிருப்பதிலிருந்து விடுவிக்கும்

பொருட்டு இறைவன் வைராக்கியத்தை அவருடைய பக்தர்களிடம் செலுத்துகின்றார்.

நீங்கள் எல்லோரும் மஹா தியாகிகளாகவும், மஹா போகிகளாகவும் ஆவீர்களாக! நீங்கள் எல்லோரும் வைராக்கிய அபிமானமாகிய அழி புண்ணிலிருந்து விடுபட்டு இருப்பீர்களாக!

நீங்கள் எல்லோரும் உண்மையான நீடித்த பரா வைராக்கியம் உடையவர்களாகத் திகழ்வீராக!!

நீங்கள் எல்லோரும் கைவல்யம் அல்லது பூர்ணத்துவத்தை அடைவீராக!!!

உண்மையான வைராக்கியம்

காசியில் ஒரு சந்நியாசி இருந்தார். அவர் ஒரு மஹா திதிக்ஷு. அவரால் உஷ்ணம் குளிர் ஆகியவற்றைத் தாங்கிக் கொள்ள முடியும். கோடையில் அவர் வெயிலில் சில மணி நேரம் நிற்பது வழக்கம். குளிர் காலத்தில் கங்கையில் சில மணி நேரம் நிற்பது வழக்கம். அவர் புல்லின் மேல்தான் படுப்பது வழக்கம். அவர் மரக்கட்டில்களை ஒதுக்கி விட்டார்.

ஒரு சமயம் அவருடைய அன்பர்களில் ஒருவரான ஸ்ரீ ராம் அவரை முசௌரிக்கு அழைத்துச் சென்றார். ஸ்ரீ ராம் அவருக்குப் படுத்துக் கொள்வதற்காக ஒரு கட்டில் ஏற்பாடு செய்து கொடுத்தார். சந்நியாசி அந்தக் கட்டிலில் படுத்துறங்க மறுத்து விட்டார். அவர் அந்த நண்பரிடம் தனக்குப் புல் படுக்கைக்கு ஏற்பாடு செய்துதரும்படிக் கேட்டார். அன்று பலத்த மழை பெய்து கொண்டிருந்தது. அப்பொழுது அவரால் புல் சேகரித்து வருவதற்கு மிகவும்

சிரமமாகிவிட்டது. எப்படியோ மிகுந்த சிரமப் பட்டு ஸ்ரீ ராம் அவர்கள் சுவாமிக்காக ஒரு புல் படுக்கை தயார் செய்து கொடுத்துவிட்டார்.

ஸ்ரீ ராம் அவரைப் பார்த்து சுவாமிஜி, ''இங்கு புல் கிடைப்பது மிகவும் கடினம். மழை கொட்டிக் கொண்டிருக்கிறது. அன்பு கூர்ந்து இன்று இந்தக் கட்டிலைப் பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். இது உங்களை எவ்விதத்திலும் கட்டுப்படுத்தாது. தாங்கள் ஒரு பக்குவப்பட்ட சந்நியாசி. இந்தச் சரீரம் புல் படுக்கையிலோ அல்லது கட்டிலின் மீதோ படுப்பதனால் தங்களுக்கென்ன ''சுவாமிஜி?'' என்று வினவ! அதற்கு சுவாமிஜி ''முடியாது, முடியாது, முடியாது. எனக்கு என்னுடைய வழக்கமான புல் படுக்கைதான் வேண்டும். நீங்கள் எப்படியாவது அதைக் கொணர்ந்துதான் தீர வேண்டும்'' என்று கூறினார்.

வைராக்கியத்தில் அபிமானம் வைத்திருப்பது அபிமானத்தைப் போலவே அவ்வளவு தீங்கு பயப்ப தாகும். வைராக்கியம் ஆத்ம ஞானத்தை அடை வதற்கு ஒரு மார்க்கமாகும். அதுவே இலட்சிய மல்ல. ஒரு ஜீவன் முக்தருக்கு ராகமோ அல்லது வைராக்கியமோ இல்லை. நீங்கள் அவருக்கு ஒரு சிறிதளவு வரட்டு ரொட்டியை மட்டும் கொடுத் தாலும் அவர் பூர்ண திருப்தியடைவார். அவர் முணுமுணுக்க மாட்டார். நீங்கள் அவருக்கு மிகச் சிறந்த தித்திப்புப் பலகாரங்களையும் பால், பழம், முதலியவற்றையும் கொடுத்தால் அவர் அவற்றை மறுக்கவும் மாட்டார். ஆனால் அவர் சுவையான உண்டியினால் பூரிப்படைந்துவிட மாட்டார். அவர் எப்பொழுதும் தன்னுடைய சொந்த ஆத்ம னிலிருந்துதான் ஆனந்தத்தைப் பெறுகின்றாரே யொழிய, புறப்பொருள்களிலிருந்து அல்ல. ஒருவன்

அனுபூதி அடைந்து விட்டானு இல்லையா என்று கண்டுபிடிக்க இதுவே சோதனையாகும். ஒரு உலக மனிதனுக்கு தான் மிகவும் விரும்பி உண்கிற உணவு வகை கிடைக்காவிடில் அவன் மிகவும் அவஸ்தைக் காளாகின்றான். சுவையான உண்டிகள் கிடைக்கும் போது அவன் களிப்பெய்துகின்றான். ஒரு அனுபூதி பெற்ற ஆத்மாவுக்கு சீரான மனோநிலை உண்டு. அவர் விருப்பு வெறுப்புகளுக்கு அப்பாற்பட்ட நிலையில் இருக்கிறார்.

சுகதேவர் ஜனக ராஜாவால் சோதிக்கப்பட்டார். அவர் சில நாட்கள் ஆகாரமின்றி வாயிலில் காத்துக்கிடந்தார். அவர் பூரண சாந்தியுடன் இருந்தார். பிறகு அவர் அந்தப்புறத்திற்கு அழைத்துச் செல்லப்பட்டார். ராணிகள் அவருக்குப் பணிவிடை புரிந்து மிக நல்ல தின்பண்டங்களைக் கொடுத்தனர். அவர் பாதிக்கப்படாமலேயே இருந்தார். இதுதான் ஞானம்.

முசௌரியில் புல் படுக்கை கேட்ட அந்த சுவாமி சீரான மனோநிலையையும், ஆத்மானுபூதியையும் அடையவில்லை என்பது தெளிவு. பல ஆண்டுகள் ஆன்மீகப் பயிற்சி பெற்ற பிறகும் அவர் வைராக்கியத்தில் பற்றுக் கொண்டிருந்தார். அவர் சகலவிதமான பற்றுதல்களினின்றும் பூர்ணமாக விடுதலை பெற்றிருக்கவில்லை. ஏனெனில் அவர் வைராக்கியத்தில் பற்று வைத்திருந்தார். அவர் சகஜ அவஸ்தை அல்லது இயற்கை நிலையை அடையவில்லை. அந்நிலையில் ஒரு முனிவர் சகலவிதமான வஸ்துக்களிடமும் பற்றற்றுத் திகழ்கின்றார். அந்நிலையில் அவர் புல் படுக்கையின்மீதோ அல்லது மெத்தை, தலையணையுடன் கூடிய அழகிய மஞ்சத்தின்மீதோ ஒரே மாதிரியான பாவத்துடன் படுத்து உறங்குவார்.

வஸ்துக்களிடம் சமமான மனோநிலையுடையவன் எவனோ அவன் மஹா தியாகி அல்லது மஹா போகி என்று யோக வாசிஷ்டத்தில் அழைக்கப்படுகின்றான். வைராக்கியத்தை அப்பியஸிப்பது சுலபம். ஆனால் மனத்தை சீரான நிலையில் வைத்திருப்பது மிகமிகக் கடினம்.

பொதுஜன சேவைபுரியும் சில சந்நியாசிகள் ''நாங்கள் ரயிலில் பிரயாணம் செய்ய மாட்டோம். நாங்கள் நடந்துதான் செல்வோம். நாங்கள் பால், பழங்கள் முதலியவற்றை எடுத்துக்கொள்ள மாட்டோம். நாங்கள் மையூற்றுப் பேனாக்களையோ அல்லது கைக்கடியாரங்களையோ உபயோகப்படுத்த மாட்டோம்'' என்று பிரதிக்ஞைகள் செய்துகொள்கின்றனர். இவைகள் எல்லாம் விரும்பத்தக்க பிரதிக்ஞைகள் ஆகா. வைராக்கியத்தின் உண்மைத் தன்மை இதுவல்ல. அவர்களும் வைராக்கியத்தில் பற்றுக் கொண்டவர்களே. இது மற்றொரு வகையான குறைபாடாகும். அவர்கள் சேவை செய்ய விரும்புகின்றனர். அவர்கள் கார்கள், அல்லது ரயில்களில் சென்றால், அவர்கள் தங்களுடைய சரீரத்தை திடகாத்திரமாகவும் ஆரோக்கியத்துடனும் வைத்திருந்தால், அவர்களால் குறுகிய காலத்தில் அதிகமான சேவை செய்ய முடியும். அதிகமாக எழுத்துவேலை செய்பவர்கள் ஒரு மையூற்றுப் பேனாவைப் பயன்படுத்தினால் அவர்களால் அதிகமாக வேலை செய்யமுடியும். மூடத்தனம் பல வடிவங்கள் எடுக்கின்றது. இது ஒரு ரகம். இது படித்தவர்களையும், பண்பட்ட சந்நியாசிகளையும்கூட விடுவதில்லை.

சில சந்நியாசிகள் பிரதிஷ்டை அல்லது புகழையும் மரியாதையையும் பெறுவதற்காக வைராக்கியத்தை அப்பியாசிக்கின்றனர். ஆனால் கடவுள்

எல்லோருடைய உள்ளக் கருத்தையும் அறிவார். ஏனெனில் அவர் எல்லோருள்ளும் அந்தர்யாமியாக இருக்கிறார். நீங்கள் அவரை ஏமாற்ற முடியாது.

ஒருவன் ஏகாந்தமாக இருக்கும் பொழுது, அங்கு தூண்டுதல் எதுவும் இல்லாதிருக்கும்பொழுது வைராக்கியத்தின் பலம் எங்கே இருக்கிறது? ஒருவன் எதையுமே துறக்காத பொழுது, துறப்ப தற்கு அவனிடம் ஒன்றுமே இல்லாதபொழுது, உலக விஷயங்களை அவன் அனுபவித்திராத பொழுது, உலக விஷயங்களிடத்து மனத்தில் எவ்விதக் கவர்ச்சியுமில்லாத பொழுது, ஒரு கோணிப்பையை மேலே போர்த்திக் கொண்டோ அல்லது ஒரு சிறு திருவோட்டை மட்டும் கையிலேந் திக்கொண்டோ தான் ஒரு பெரிய விரக்தன் அல்லது வைராகி என்று வெளிக்கு மட்டிலும் காட்டிக் கொண்டிருந்த போதிலும் அவனிடத்து வைராக் கியத்தின் பலம் எங்கே இருக்கிறது?

ஜனக ராஜா அரச வைபோகங்களுக்கிடையே வாழ்ந்து வந்தார். மிதிலை நகரம் தீப்பற்றிக் கொண் டது என்று மக்கள் அவரிடம் கூறினார்கள். இருந்த போதிலும் அவர் ஒரு சிறிதும் அதனால் பாதிக்கப் படவில்லை. அது உண்மையான வைராக்கியம். அவரைத்தான் ஒரு உண்மையான மஹா விரக்தர் என்று கூற வேண்டும்.

இளம் சாதகர்கள் மிகவும் ஜாக்கிரதையாகவும் எச்சரிக்கையுடனும் இருக்க வேண்டும். அவர்கள் ஒரு மஹா தியாகி அல்லது மஹா போகியினுடைய சுதந்திரத்தை எடுத்துக் கொள்ளக்கூடாது. இதை சகல ஜீவராசிகளிடத்தும் சமநோக்கு படைத்த முன்னேறிய யோகி மட்டுமே அப்பியசிக்க வேண் டும். ஆரம்ப மாணிடர் சத்தியம், அஹிம்சை,

பிரம்மச்சரியம், வைராக்கியம் ஆகிய அவர்களுடைய பிரதிக்ஞைகளை அக்ஷரலட்சணத்துடனும் தத்துவத்துடனும் பற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.

நீங்கள் எல்லோரும் ராகத்தையும், வைராக்கியத்தையும் கடந்து ஆத்ம ஞானத்தைப் பெறுவீர்களாக! நீங்கள் அனைவரும் வைராக்கியத்தின் உண்மைத் தன்மையையும் சுயரூபத்தையும் புரிந்து கொள்வீராக!

அடக்க முடியாத மனமானது வைராக்கியமாகிய கடிவாளத்தால் அடக்கப்படுகிறது. ஆத்மப் பேரானந்தத்தில் தீவிரப் பற்றுக் கொண்டிருந்தாலும், ஆத்மாவைத் தவிர இத்ர வஸ்துக்கள் எதனிடத்தும் திடமான வெறுப்புக் கொண்டிருத்தலுமே முதிர்ந்த வைராக்கியமாகும்.

ஒருவன் பிரம்மாவினுடைய அந்தஸ்தையும் சந்தோஷத்தையும்கூட மாட்டுச் சாணத்தைப் போலக் கருதுவானேயாகில், அப்பொழுதுதான் அவன் உண்மையான, நீடித்திருக்கக்கூடிய வைராக்யத்தை விருத்தி செய்தவனாகின்றான். தாற்காலிகமான அற்பாயுள் உடைய பற்றற்ற நிலை வைராக்கியமாகாது. இது சாதகனுக்கு ஆத்மானுபூதி அடைவதில் உதவி புரியாது.

சில குறிப்பிட்ட வஸ்துக்களிடத்தில் ஏதோ சில காரணங்களுக்காக விரக்தி ஏற்படுவது சகஜம். ஆனால் எல்லாப் பொருள்களிடத்தும், எல்லாக் காலங்களிலும் விரக்தி பூண்டிருப்பதின் மூலம்தான் ஒருவன் ஆத்ம ஞானத்தைப் பெறுகின்றான். குருநாதரின் கருணையாலும், அவரிடம் பக்தி செலுத்துவதின் மூலமாகவும் அவர் உபதேசிப்பவைகளைக் கடைப்பிடிப்பதின் மூலமாகவும் நீங்கள் ஆத்ம ஞானத்தை சீக்கிரத்தில் பெறலாம்.

நீங்கள் நகரங்களிலே நன்முக அலங்கரிக்கப் பட்ட உயர்ந்த பண்பாடுடைய சமூகங்களைச் சேர்ந்த நவயுக நாரீமணிகளோடு சேர்ந்து பழக வேண்டி வந்தாலுங்கூட மோகத்திற்கு பலியாகி விடாதீர் கள். ஆத்மானுபூதி அடைய வேண்டுமென்று பிரதிக்கினை செய்யுங்கள். தமோ குணம் தானுகவே ஓடிவிடும்.

பக்தி, வைராக்கியம், ஆத்மஞானம் ஆகிய மூன்று வழிகளாம். வைராக்கியம் என்பது ஆசை யற்ற நிலையாகும். இந்த சர்வ பரிபூரண ஆத்மா இதயத்தின் உள்ளறையில் வசிக்கிறது. ஆகவே ஒவ்வொருவரிடமும் இந்த ஆத்மா இருக்கிறது.

வைராக்கிய தீபம்

வைராக்கியமானது நித்ய—அநித்ய, சத்-அசத், தத்வ—அதத்வங்களை பாகு படுத்தி அறியக் கூடிய விவேகத்தினின்றும் பிறக்கிறது. விவேகமானது பல பிறவிகளில் செய்த தன்னலமற்ற சேவையின் மூலமாகவும், பூஜை ஆராதனை மூலமாகவும், இறை வனுடைய கருணையின் மூலமாகவும் வருகின்றது. விவேகத்திலிருந்து வைராக்கியம் பிறக்கின்றது. இது ஆன்மீக பலத்தை அளிக்கின்றது.

வைராக்கியம் படைத்த ஒருவனுக்கு இந்த உலகத்திடம் கவர்ச்சி இருக்காது. இது ஒரு துரும் பைப் போன்றது. ஆகவே வைராக்கியம் சாதகர் களுக்கு மேலான, குறையாததொரு செல்வமாகும். வைராக்கியம் மனே ஒருமைப்பாட்டையும், சமா தானத்தையும் உண்டு பண்ணி, தகிக்கும் முமு க்ஷுத்துவத்தையும், தீவிர விடுதலை வேட்கையையும் ஏற்படுத்துகின்றது.

ராகம் என்பது வஸ்துக்களிடம் பற்றுக் கொண்டிருத்தல் ஆகும். எங்கெங்கு சிறிதளவு சுகம் காணப் படுகிறதோ அங்கெல்லாம் ராகம் காணப்படுகிறது. எங்கெல்லாம் துன்பம் இருக்கிறதோ அங்கெல்லாம் வெறுப்பு காணப்படுகிறது. விருப்பும், வெறுப்பும் ஒன்றே. பதஞ்சலி மஹரிஷி கூறுவதன் பிரகாரம் ராகதுவேஷமும் முக்கியமான துன்பங்களில் ஒன்ருகும். ஐந்து துன்பங்களாவன. அவித்தை (அறியாமை), அஸ்மிதம் (அஹங்காரம்), ராக துவேஷம், (விருப்பு வெறுப்பு), அபிநிவேஷம் (ஜீவி தத்தைப் பற்றிக்கொண்டிருத்தல்). முதலில் வருவது அறியாமையாகிய மூல அவித்தை. இதிலிருந்து அகங்காரமாகிய அஸ்மிதமும், அஸ்மிதத்திலிருந்து ராக-துவேஷமும், ராகதுவேஷத்திலிருந்து இந்த வாழ்க்கையைப் பற்றிக்கொண்டிருப்பதாகிய அபிநிவேஷமும் பிறக்கிறது.

வைராக்கியத்தில் பல விதங்கள் உள்ளன. அவைகளாவன :— மிருது, மத்யமா, தீவிரம். தீவிர வைராக்கியம்தான் சாதகனுக்கு இந்தப் பாதையில் பற்றிக்கொண்டிருக்க உதவி புரியும். அது ஸ்மசான வைராக்கியம் அல்லது பிரசவ வைராக்கியத்தைப் போல் மந்த ரகமாக இருப்பின் மனமானது முன்னர் துறக்கப்பட்ட வஸ்துக்களைத் திரும்பவும் பெறுவதற்குக் காத்துக்கொண்டிருக்கும். சாதகன் வீழ்ச்சியடைவான். மறுபடியும் அவனுல் முன்பு அடைந்திருந்த அந்த உயரத்திற்கு ஏறுவது என்பது முடியாது. ஆகவே சாதகர்கள் ஜாக்கிரதையாக இருக்கவேண்டும். வைராக்கியம் மிருதுத் தன்மையதாக இருந்தபோதிலும், பிறகு அதை அவர்கள் நடுத்தரமாக்க முயற்சிக்கவேண்டும். பிறகு புலன் வழி வாழ்க்கையில் உள்ள குறைபாடுகளை உற்று நோக்குவதின்மூலம் தீவிர வைராக்கியம் வருகிறது. இந்திரிய சுகம் உண்மையான சுகமல்ல.

இது மாயமானது, கணப்பொழுதில் அழியக் கூடியது, நிலையற்றது. இது துன்பத்தோடு கலந்தது. ஆகவே திரும்பத் திரும்ப புலன் வழி வாழ்க்கையில் உள்ள குறைபாடுகளை கவனிப்பதின் மூலம் வைராக்கியம் உதயமாகிறது. அதை ஆன்மீக சம்பந்தமான புத்தகங்களைப் படிப்பதின் மூலமாகவும், சத்சங்கத்தின் மூலமாகவும், விசாரணையின் மூலமாகவும் பலப்படுத்த வேண்டும்.

நிர்வாணமாக இருந்து கொண்டும், வேப்பிலையைச் சாப்பிட்டுக் கொண்டும், பசு மூத்திரத்தை அருந்திக் கொண்டும் இருந்து விட்டால் அது உண்மையான வைராக்கியமாகாது. வைராக்கியம் விவேகத்திலிருந்தும், விசாரத்திலிருந்தும் பிறக்க வேண்டும். இவற்றின் மூலம் மனமானது இந்திரிய சுகங்களிலிருந்து மறக்கடிக்கப்பட்டு ஒரு நூல் போல—தனுபனசி — மெல்லியதாக ஆக்கப்பட்ட பிறகுதான் வைராக்கியம் நீடித்து நிற்பதாக ஆகிறது. நீங்கள் திரும்பத் திரும்ப விசாரணை செய்ய வேண்டி இருக்கிறது. சரீர நிர்வாணமும் இந்தப் புறப் பொருள்களும் சேர்ந்து உண்மையான வைராக்கியத்தை அமைக்க மாட்டா. உண்மையான வைராக்கியம் விசாரத்திலிருந்து வர வேண்டும். இந்த வஸ்துக்கள் எல்லாம் நமக்கு நிரந்தரமான சந்தோஷத்தைக் கொடுக்க மாட்டா. அவைகள் நம்மை வலியிலும் துக்கத்திலும் கொண்டு சேர்க்கின்றன. இம்மாதிரியான ஆழ்ந்த விசாரணை நீண்ட காலம் திரும்பத் திரும்பச் செய்து வரப்படும் பொழுது அது நீடித்த வைராக்கியத்தை உற்பத்தி செய்கிறது. இதுதான் ஒரு சாதகனுடைய உண்மையான செல்வமாகும். இது அவனுக்கு உண்மையான சாதனை செய்ய உதவுகிறது. இது மனத்தை அந்தர்முகியாக்குகிறது. இந்த வைராக்கியம் மனத்தினுடைய புறத்தே

அலையும் தன்மைக்கு ஒரு முற்று வைக்கிறது. மனமானது விஷயங்களை நோக்கி ஓடிய போதிலும் உடனே இது அங்கே துன்பம் இருக்கிறது என்பதையும், இந்திரிய சுகபோகங்கள் மறு பிறப்பிற்கும் கடுந்துன்பங்களுக்கும் காரணம் என்பதையும் எடுத்துக்காட்டுகிறது. ஆகவே மனம் மிகவும் பீதியடைந்து படிப்படியாக தீவிரமான பயிற்சியின் மூலம் உண்மையான நீடித்த, தாங்கக்கூடிய, தீவிர வைராக்கியத்தில் நிலைத்து நிற்கிறது.

வைராக்கியம் மேலும் இரண்டு வகைப்படும். அவைகளாவன: பரா வைராக்கியம், அபரா வைராக்கியம். பரா வைராக்கியம் ஒருவன் ஆத்மானுபூதி அடைந்த பிறகு வருகிறது. அப்பொழுது அகில உலகமும் ஒரு துரும்பாகத் தோன்றுகிறது. அது தீவிரமான ஆன்மீக பலமாகும். அது பரா வைராக்கியம்.

வைராக்கியமின்றி உண்மையான ஆன்மீக முன்னேற்றம் ஏற்பட முடியாது. வேதாந்தத்தில் இதுதான் ஜீவாதாரமான, அடிப்படை சாதனையாகும். உங்களிடம் வைராக்கியம் இருப்பின், இதர நற்குணங்கள் யாவும் தாமாகவே வந்துவிடும். ''அப்யாஸ வைராக்கியப்யம் தந்நிரோதஹ்''. ''மனமானது தியானத்தினால் அல்லது சாதனை, வைராக்கியம் ஆகியவற்றால் கட்டுப்படுத்தப்படுகிறது'' என்று பதஞ்சலி மஹரிஷி கூறுகின்றார். அமர வீடாகிய சாம்ராஜ்யத்தினுள் உயரப் பறந்து சென்று நுழைவதற்கு இவைகள் இரண்டும் சாதகனுக்கு இரண்டு இறக்கைகள் போல் இருக்கின்றன. அதே விஷயத்தை கிருஷ்ண பகவானும் கூறுகின்றார் ''அப்யாஸேனது கௌந்தேய வைராக்யனே சக்ருஹ்யதே.''—''மனமானது அப்யாஸம்,

வைராக்கியம் ஆகியவற்ருல் கட்டுப்படுத்தப்படு கிறது.'' வைராக்கியத்தின்மூலம் பிரிக்கப்படு கிறது. பற்றற்ற முறையில் எவன் வேலை செய் கின்ருனே அவன் கர்ப்பத்தினுல் பந்தப்படுத்தப் படுவதில்லை. ஆகவே வைராக்கியமாகிய இந்த சாதன அங்கத்தை இந்த ஒரு நற்பண்பை விருத்தி செய்ய வேண்டியது சாதகர்களின் கடமையாகும்.

வைராக்கியம் என்பது ஒரு மனே நிலை என் பதில் ஐயமில்லை. அந்நிலையில் மனம் புலன் வழி போகங்களில் ஓடாது. அது ஆத்மாவை நோக்கி, இறைவனை நோக்கி நகர்கிறது. சூடாலை மகா ராணி ஒரு அரசாங்கத்தை நிர்வகித்து வந்தாள்; இருந்த போதிலும் அவளிடம் பூரண பராவைராக் கியம் இருந்தது. இவ்வுலகத்தூண்டுதல்களுக் கிடையிலும் கூட விசாரம், ஞானம் ஆகியவற்றின் மூலம் அவளிடம் மனே வைராக்கியம் இருந்தது. ஆகவே அவள் ஒரு அரசாங்கத்தையே நிர்வகித்து வந்த போதிலும், கவர்ச்சிகரமான இந்த உலக வஸ்துக்களால் ஒரு சிறிதும் பாதிக்கப்படவில்லை. அதே சமயத்தில் அவளுடைய கணவனை சிகித்வ ஜன் தன்னுடைய ராஜ்யத்தைத் துறந்து காட்டிற்குச் சென்ருன். இருந்த போதிலும் அவன் வைராக்கியத்தில் நிலை பெற்றிருக்க வில்லை. அவன் சரீரத்தின் மேலும், அவனுடைய கமண்டலத்தின் மேலும் பற்றுக் கொண்டிருந்தான். ஒரு மனி தன் எந்த ஒரு பொருளிடத்தும் பற்று வைத் திருக்கலாம்.

நீங்கள் ஒரு வைராகியைப் பார்க்கின்றீர்கள். அவருடைய சரீரம் முழுவதும் வெண்ணீற்ருல் மறைக்கப்பட்டு இருக்கிறது. ஆனல் நீங்கள் மற்றொரு வைராகிக்கு ஒரு ரூபாய் கொடுப்பதை அவர் பார்த்துவிட்டால் ஒரு ரூபாய்க்காக அவர்

சண்டை போடுவார். இது அவருடைய மனோநிலை. ஆகவே புறத்தோற்றத்திலிருந்து ஒருவரிடம் வைராக்கியம் இருக்கிறது என்று சொல்லிவிட முடியாது. வைராக்கியம் என்பது ஒரு மனோநிலை. ஸ்ரீ ராமானுஜர், இடுப்பைச் சுற்றிலும் ஒரு கயிற்றை மட்டும் கட்டிக் கொண்டிருக்கும் இந்தத்தீவிர வைராக்கிய ரகத்தைச் சேர்ந்தவரல்ல. அவர் படாடோபமான வஸ்துக்களுக்கிடையே இருந்தார். இருப்பினும் அவருடைய மனம் கெடுக்கப் படவில்லை. அவரிடம் விவேகத்திலிருந்து பிறந்த வைராக்கிய நிலை, பற்றற்ற நிலை, அசட்டையான மனோபாவம் இருந்தது.

கடுந்தவத்தைத்தான் ஆதரிப்பது இல்லை என்று கிருஷ்ண பகவான் கூறுகின்றார். கர்சயந்த சரீரஸ்தம் பூதக்ராமமசேதஸ; மாம் சைவாந்த; சரீரஸ்தம் தான் வித்யாஸுர. நிஸ்சயான்'' ''அவர்கள் சரீரத்திலுள்ள எல்லா இந்திரியங்களையும், சரீரத்தில் வாசம் செய்யும் என்னையும் துன்புறுத்துகின்றனர்.'' புத்தபகவான் கூட தன்னுடைய உடலை வருத்திக் கொண்டார். பிறகு அதனால் ஆன்மீக முன்னேற்றம் அதிகம் ஏற்படவில்லை என்பதைக் கண்டார். பிறகு அவர் நடுத்தரமான வழிக்கு வந்தார். ஆகவே நாம் எப்பொழுதும் நடு வழியிலேயே செல்ல வேண்டும். இந்த சரீரமானது ஆத்மானுபூதி அடைவதற்காகக் கொடுக்கப் பட்டிருக்கும் ஒரு கருவி. குறிப்பாக இந்தக் கலியுகத்தில் பிராணன் எலும்புகளில் வசித்து வருகிறது. ஆகவே நீங்கள் உடலை வருத்தக் கூடாது. உடலுக்கு என்னென்ன தேவையோ அவற்றை நீங்கள் உடைத்தாயிருக்க வேண்டும். நீங்கள் உடலைக் குளிரில் திறந்து வைத்திருக்கக் கூடாது. கடவுள் யூகத்தைக் கொடுத்திருக்கிறார். ஆகவே நீங்கள் ''யூக சாதனை'' யை அப்பியசிக்க

வேண்டும். நல்ல ஆரோக்கியமான உணவை எடுத்துக் கொள்வதால் தவறு ஒன்றும் இல்லை. ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு விதமான உடலமைப்பு இருக்கிறது. நீங்கள் உங்களுடைய சாதனையில் பொது அறிவை உபயோகப்படுத்த வேண்டும். நீங்கள் பலவீனமாக இருந்து ஒரு குறிப்பிட்ட ஆசனத்தில் நீண்ட நேரம் உட்கார்ந்திருக்க முடியவில்லை என்றால் ஒரு சிறிதளவு சவனப் பிராகஷோ அல்லது சில பழங்களோ எடுத்துக் கொள்ளலாம். உங்களிடம் அகத்தே தீவிர வைராக்கியமும் அதே சமயத்தில் புறத்தே நடுத்தரமான வழியையும் பின்பற்ற வேண்டும்.

பொதுவாக மானிடர் ''நான் குடையை விட்டு விட்டேன்,'' ''நான் ஒரே ஒரு வேளை சாப்பாடு தான் எடுத்துக்கொள்கிறேன்.'' என்று கூறுகின்றனர். அவர்களுடைய முழு சாதனையும் ''நான் சட்டையை விட்டுவிட்டேன்.'' ''நான் ஸ்வெட்டரை விட்டுவிட்டேன்.'' ''நான் செருப்புகளை விட்டுவிட்டேன்.'' ''நான் ரொட்டியும் பருப்பும் மட்டும் சாப்பிடுகிறேன்'' என்பதுதான். அவர்களுடைய சாதனை விட்டுவிடுவதில் — இதை விட்டு விடுவதிலும், அதை விட்டுவிடுவதிலும்தான் அடங்கியிருக்கிறது. உண்மையான ஆன்மீக வாழ்க்கை எதையும் விட்டுவிடுவதிலோ அல்லது எடுத்துக் கொள்வதிலோ இல்லை. விட்டுவிடுவது அல்லது எடுத்துக்கொள்வது என்பது, எதுவும் இல்லை. ஒரு விஷயம் மட்டும் என்னவென்றால் நீங்கள் மனத்திற்கு இரக்கம் காட்டிவிடக் கூடாது என்பதுதான். காலையில் உங்களுக்கு மிகுந்த பசியாக இருந்தால் ஓரிரண்டு இட்லிகளையும் ஒரு சிறு கோப்பை பாலையும் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். வைராக்கியம் என்பது ஒரு மனோநிலை. ஆனால் மனத்திற்கு இரக்கம் காட்டிவிடக் கூடாது. அது உங்களை உதைத்துக் கீழே

தள்ளிவிடும். எப்பொழுதும் கவனிப்புடனிருங்கள். எப்பொழுதும் விழிப்புடன் இருங்கள்.

தற்சமயம் சுவாமி கிருஷ்ணனந்தா கங்கோத்திரியில் இருக்கின்றார். அவர் ஒரு பெரிய வைராகி. அவர் கடந்த பல ஆண்டு காலமாக அந்தப் பனிப் பிரதேசத்தில் ஆடையின்றி இருப்பதோடு சிலவேளைகளில் பனிக்கட்டியின்மீது படுத்து உறங்குகின்றார். ராய்பஹதூர் மோடி அவர்கள் அவரைப்பற்றி, அவர் பனிக்கட்டியின்மீது உறங்குவதைப்பற்றி மிக நன்றாக விளக்கிக் கூறினர். அவர் அவரை ஒரு அற்புத மனிதராகக் கண்டு அவரைத் தன்னுடைய குருவாக்கிக்கொண்டார்.

அவதூதர் கேசவானந்தா மற்றொரு வைராகி. அவர் ரிஷிகேசத்தில் வசித்துவந்தார். அவர் மாளவியாஜியினால் மிகவும் விரும்பப்பட்டார். அவர் எப்பொழுதும் புல்லின்மீதே படுத்து உறங்கிவந்தார். மாளவியாஜி ஒரு சமயம் அவரை முசௌரிக்கு அழைத்துச் சென்றார். அவர் கம்பளத்தின் மீது படுத்துறங்க மறுத்துவிட்டார். அப்பொழுது மழை பெய்துகொண்டிருந்தது. மாளவியாஜி அவர் படுத்துறங்குவதற்காக புல் கொண்டுவர வேண்டியதாயிற்று. அவர் ஒரு வைராகி. வைராகி ஒரு மதக்கிளை. நமது ராம்குமார் இந்த மதக்கிளையைச் சேர்ந்தவர். அவர்கள் உடல் முழுதும் வெண்ணீறு பூசிக்கொண்டு, தலைமுடியைச் செம்பட்டையாக்கிக் கொண்டு, தேர்வடம் போன்ற மாபெரும் கயிற்றை அணிந்துகொண்டு இருக்கின்றனர். இது வைராக்கிய சம்பிரதாயம். லட்சுமண ஜூலாவில் ஒரு வைராகி இருக்கிறார். அவர்கள் பஞ்சாக்னி தபசு செய்கிறார்கள். அவர்களிடம் ஒரு ஸ்தூல சரீரம் இருக்கிறது.

மற்றொரு பெரும் வைராகி, நமது சேந்தமங் கலம் பிரம்மேந்திர சுவாமி இருக்கிறார். அவர் கோமுக விருத்தியை உண்டு ஜீவித்து வந்தார். அவர் மற்றவர்கள் சாப்பிட்டுவிட்டு வீசி எறிந்த எச்சிலைகளிலுள்ள உணவைச் சாப்பிடுவது வழக்கம். ''அவதூதர்கள்'' எனப்படுபவர்கள் நிர்வாண மனிதர்கள். அவர்களுக்கு உடையோ உறை விடமோ இல்லை. எவன் ஒருவன் தன்னுடைய மனத்திலுள்ள எல்லா வாசனைகளையும் துடைத்து விட்டிருக்கிறானோ அவன்தான் உண்மையான அவதூதன் ஆவான். வாசனைகள் அனைத்தும் அழிக்கப்படும் பொழுது உங்களிடம் மனோலயம் ஏற்படுகிறது. பிரமேந்திர ஸ்வாமி கடும் தபஸ்சரிய வாழ்க்கை வாழ்ந்தார். அவர் பூர்ண போதருக் கும், சுவாமி கிருஷ்ணானந்தாவுக்கும் குருவாக இருந் தார். ஒரு சமயம் அவருடைய ஆஸ்ரமத்தில் அவர்கள் மிக நேர்த்தியான உணவை சமைத் தனர். பிரம்மேந்திர ஸ்வாமி அவ்வுணவை பசு மாடுகளுக்குக் கொடுக்கும்படி உத்திரவிட்டார். அவர் கடுமையான சோதனைகள் செய்வது வழக்கம். சங்கரானந்தர் கூட அவருடைய சீடர்தான். அவருக்கு மிகத் திடகாத்திரமான சரீரம் அமைந் திருந்தது. அவர் கடுந்தவ வாழ்வு வாழ்ந்தார்.

ஒவ்வொருவரும் அவரவருடைய உடலமைப் புக்கும், பலத்திற்கும் தக்கவாறு சாதனை செய்ய வேண்டி இருக்கிறது. ஒருவர் என்ன செய்கிறாரோ அது மற்றொருவருக்கு பொருந்தாமல் இருக்கலாம்.

வைராக்கியத்துடன் கூடிய மற்றொரு சுவாமி சுவர்க்காஸ்ரமத்திலிருந்த சுவாமி நாராயணர் ஆவார். அவர் சில காலம் பால் மட்டுமே சாப்பிடு வார். மற்றும் கொஞ்ச காலத்திற்கு பருப்பு மட்டுமே எடுத்துக்கொள்வார். அவருக்காக

விசேஷமாகத் தருவிக்கப்பட்ட இரண்டு அடுக்குப் புல் விரிப்புத்தான் அவருடைய துப்பட்டி. அவர் போர்வையை உபயோகிப்பதில்லை. புல்லை போர்வையாக உபயோகிப்பதைவிட சிறு போர்வையைப் பயன்படுத்திக் கொள்வது தான் புத்திசாலித்தனமாகும். வைராக்கியம் அவசியம் தான். ஆனால் அளவுக்கு மிஞ்சிய வைராக்கியம் உடலைப் பாழ் படுத்திவிடும். சாதனையில் உங்களுக்கு எவ்வித முன்னேற்றமும் ஏற்படாது. ஆகவே உங்கள் பகுத்தறிவைப் பயன்படுத்துங்கள். இது என்னுடைய கொள்கை. அவர் தயிரையும், வெண்டைக்காயையும் சாப்பிட்டால் கொழுப்பைக் குறைக்கலாம். அவர் பாலை எடுத்துக் கொண்டால் அவருடைய சரீரம் முழுதும் கரைக்கப்படும். அவர் தன்னுடைய சரீரத்தைப் பூர்ணமான கட்டுப்பாட்டின்கீழ் வைத்திருந்தார். அவர் ஒரு பெரும் வைராகி. இன்னும் பல வைராகிகளும் இருக்கின்றனர். வைராக்கியம் சாதனைக்குப் பெரும் துணையாக இருக்கிறது.

வைராக்கியத்தை எப்படி வளர்ப்பது? புலன் வழி வாழ்க்கையிலுள்ள குறைபாடுகளைக் கவனிப்பதின் மூலமாகவும், வைராக்கிய புஸ்தகங்களையும், முனிவர்களின் வாழ்க்கைகளையும், பர்த்ருஹரியின் வைராக்கிய சதகத்தையும், யோக வாஸிஷ்டத்திலுள்ள வைராக்கிய பிரகரணத்தையும் வாசிப்பதின் மூலமும் வைராக்கியத்தை வளர்க்கலாம். இவைகள் விடுதலைக்காக உங்களிடமுள்ள வேட்கையையும் ஆன்மீக வாழ்க்கையில் உங்களுடைய உறுதிப்பாட்டையும் அதிகரிக்கச் செய்யும். காமம், செல்வம் ஆகியவற்றின் பயங்கரமான விளைவுகளையும், பிறப்பு குழந்தைப் பருவம் ஆகியவற்றினால் உண்டாகும் துன்பங்களையும் பற்றி ஸ்ரீ ராமபிரான் விளக்கிக் கூறுகின்றார். வைராக்ய

பிரகரணத்தில் அழகான வர்ணனை கொடுக்கப் பட்டிருக்கிறது. ஒவ்வொருவரும் அதைப் படிக்க வேண்டும். ஒவ்வொருவரும் வைராக்கியப் புத்த கங்களை வாசிக்க வேண்டும். முன்னேறிய மாணுக் கர்கள் தாங்கள் ஆத்மானுபூதி அடைந்துவிட்ட தாகவும் புத்தகங்கள் எதையும் படிக்க வேண்டிய அவசியமில்லையென்றும் எண்ணிவிடக் கூடாது. இந்தப் புத்தகங்கள் ஆரம்ப, மத்திம, முன்னேறிய மாணுக்கர்கள் ஆகிய யாவருக்கும் முக்கிய மானவை. நீங்கள் 'வைராக்கியத்தைப் பெறுவது எப்படி' ''வைராக்கிய மாலை'' என்ற புத்தகங்களைப் படிக்க வேண்டும். நீங்கள் வைராக் கியத்தில் நிலைபெற்றுவிட்டால் சமாதியின் உச்ச நிலையான ரிதம்பர பிரக்ஞையை மிகச் சுலபமாகக் கட்டிவிடலாம். சில முக்கியமான சுலோகங்களை நீங்கள் தினந்தோறும் ஞாபகப்படுத்திவந்தால் அது உங்களுக்கு மிகுந்த பயனளிக்கும். கீதையில் 'அநித்யம் அஸுகம்,' 'துஹ்காலயம் அசாஸ்வதம்' என்ற சுலோகங்கள் இருக்கின்றன. கண் நோய்கள் இருக்கின்றன. கண் நோய்கள் இருநூறு இருக்கின் றன. சரீரம் முழுவதற்கும் ஐம்பதிணுயிரத்துக்கும் மேற்பட்ட நோய்கள் இருக்கின்றன. கண்ணுக்கு இருநூறு. தொண்டைக்கு இருநூறு இம்மாதிரி. நாம் வழிபட்டு பூஜித்துவரும் இந்த அழகான சரீரத் தில் ஐம்பதிணுயிரம்நோய்கள்இருக்கின்றன. 'சரீரம் வியாதி மந்திரம்'—இந்த உடல் நோய்களின் இருப் பிடம். அநித்தியம், அஸுகம், துஹ்காலயம், அசாஸ் வதம், ''யே ஹி ஸம்ஸ்பர்ஸஜா போக துக்கயோனைய ஏவ தே'. அதிகாலையில் இந்த சுலோகங்களை நீங்கள் ஜெபிக்க வேண்டும். பிறகு நீங்கள் உங்க ளுடைய தியானத்தை ஆரம்பிக்கலாம். 'இந்திரி யார்த்தேஷு வைராக்யம், அனஹங்கார ஏவ ச, ஜன்மா ம்ருத்யு ஜரா—வியாதி துக்கதோஷானு தர்ஷனம்'—பிறப்பு துன்பம் நிறைந்தது. இறப்பு

துன்பம் நிறைந்தது. மூப்பு துன்பமயமானது. நோய் துன்பகரமானது. இந்த சுலோகங்களை நீங்கள் திரும்பத் திரும்பத் தியானிக்க வேண்டும். உங்களிடம் வைராக்கியம்ஏற்பட்டுவிட்டால்உங்களுடைய சாதனைமுடிந்தது. 'யத்தாதக்ரே அம்ரித மைவ பரிணாமே, விஷோபமம்' — ஆரம்பத்தில் இந்திரிய சுகங்கள் அமிர்தத்தைப்போல் இருக்கின்றன. ஆனால் முடிவில் அவைகள் விஷம் போன்றவைகளாக உள்ளன. அளவுக்கு மிஞ்சிய சர்க்கரை நீரிழிவு நோயை உண்டு பண்ணுகிறது. அதிகமான புலால் மூத்திரத்தில் வெள்ளையை உற்பத்தி செய்கிறது. அளவுக்கு மிஞ்சிய சினிமா கண்ணைக் கெடுத்து விடுகிறது. அளவுமீறிய போகம் நரம்புத் தளர்ச்சியையும், மலட்டுத்தனத்தையும் உண்டு பண்ணுகிறது.

ஜன்மா து:க்கம் ஜரா து:க்கம் ஜாய து:க்கம் புன: புன:; சம்சாரசாகரம் து:க்கம், தஸ்மாத் ஜாக்ரத, ஜாக்ரத.

பிறப்பு துன்பம். மூப்பு துன்பம். மனைவி துன்பம். சம்சாரசாகரம் துன்பம். சம்சாரம் துன்ப சாகரம். ஆகவே எழுமின், எழுமின்.
மாதா நாஸ்தி, பிதா நாஸ்தி, நாஸ்தி பந்து: சகோதர: அர்த்தம் நாஸ்தி, கிருஹம் நாஸ்தி, தஸ்மாத் ஜாக்ரத, ஜாக்ரத.

இது அஜதி வாதம். ''மாத்ருதேவோ பவ, பித்ருதேவோ பவ'' என்பது வைராக்கியம் இல்லாதவர்களுக்காகக் கூறப்பட்டது. வைராக்கியம் உதயமாகும் பொழுது, பிறகு ''மாதா நாஸ்தி, பிதா நாஸ்தி ''. ''யதஹரேவ விராஜேத் ததஹ ரேவ பிரவிரஜேத்''. வைராக்கியம் கிடைக்கப் பெற்ற மாத்திரத்தில் நீங்கள் உலகைத்

துறந்து விட்டு சிவராத்திரிக்கு முன்னதாக ஆனந்த குடீரத்திற்கு வந்து விட வேண்டும்.

ஆஸய பத்யதே லோகோ கர்மாண பஹு சிந்தயா,
ஆயுக்ஷீணம் ந ஜனதி, தஸ்மாத் ஜாக்ரத, ஜாக்ரத.

மனிதன் ஆயிரம் பந்தங்களினுலும், ஆயிரம் ஆசைகள், ஆவல்கள், நம்பிக்கைகள் ஆகியவைகளாலும் பிணிக்கப் பட்டிருக்கின்முன். ஆனுல் அவனுக்கு வயதாகிக் கொண்டு போகிறது என்பதை அவன் அறியாதவனுக இருக்கின்முன்.

''வைராக்கிய திண்டிமா'' சாதகர்களுக்கு மிகவும் பயனுள்ளது. ''ஸர்வம் துக்கம் விவேகின'' :— விவேகிகளுக்குத்தான் எல்லாம் துன்பமயமானது. ரஸவாதம் கூட ஒரு தடையாக இருக்கிறது. ஒருவன் தான் பேரின்ப நிலை அடைந்து விட்டதாக பொய்யான திருப்தியை அடைந்து தன்னுடைய சாதனையை நிறுத்தி விடுகிமுன். நிர்விகல்ப சமாதியில்தான் மிக உன்னதமான ஆனந்தம் இருக்கிறது. மற்றவை அனைத்தும் துன்பத்தை உண்டு பண்ணக் கூடியவை. ஆகவே நாம் இந்த விஷயங்கள் அனைத்தையும் ஞாபகத்தில் வைத்துக் கொண்டு பரா வைராக்கியத்தையும் விவேகத்திலிருந்து பிறந்த உண்மையான வைராக்கியத்தையும், விசாரத்தையும் விருத்தி செய்வோமாக. இல்லாவிடில் நீங்கள் அரை வேக்காட்டுடன் கூடிய சாதகர்களாகத்தான் இருப்பீர்கள்.

வைராக்கியம் என்பது நீங்கள் கம்பளிச் சட்டை அணிந்து கொள்ளக் கூடாது என்பதல்ல. ''பகுத்தறிவுச் சாதனை'' மிகவும் அவசியம். வைத்தியர்கள் ''இதைச்சாப்பிடக் கூடாது;'' ''அதைச் சாப்பிடக் கூடாது'' என்று சொல்வார்கள். ஆனுல் குறிப்பிட்ட சில பண்டங்களைச்

சாப்பிடவேண்டு மென்று உங்களுக்குப் பிரியம் ஏற்பட்டால் நீங்கள் அறைற்றை எடுத்துக் கொள்ள லாம். இயற்கை உணர்வுகள் உரக்கப் பேசு கின்றன. அவைகள் உங்களுடைய வழி காட்டிகள். ''சாம்பல் பூசணிக்காய் சாப்பிடாதே'' என்று வைத்தியர்கள் கூடச் சொல்லலாம். ஆனல் சாம்பல் பூசணிக்காய் பலத்தையும், துஷ்டியையும் கொடுக்கக் கூடியது என்று நீ அறிந்திருப்பதால் நீ அதைச் சாப்பிடுவாய்.

வைராக்கியம் ஒன்றுதான் சாதனை. மற்றவை எல்லாம் அல்ல. உங்களிடம் வைராக்கியம் இருந் தால் மற்ற அனைத்தும் வந்து விடும்—''மனோநாஸா தத்வஞானு.''

ஆண்டவன் உங்களுக்குப் பராவைராக்கியத் தைக் கொடுப்பானுக. நீங்கள் எல்லோரும் வைராக்கியத்தில் நிலை பெற்றிருப்பீராக. எல் லோரும் தங்களைத் தங்களுடைய சொந்த சச்சிதா னந்த சொரூபத்தில் நிலை நிறுத்திக் கொள்ள இது ஒன்றுதான் முக்கியமான, அடிப்படையான சாதனை யாகும். அதனுடைய சொரூபம் வைராக்கியம். அதனுடைய சொரூபம் சந்நியாசம். அதனுடைய சொரூபம் நிவ்ருத்தி.

நோக்குமின்; உற்றுக் கேண்மின். வருமின். அமர வீட்டிற்கு வழி ஒன்று இருக்கிறது. பரம ஆனந்தத்திற்குப்பாதை ஒன்று உளது. நான்கா வது படிக்கு மார்க்க மொன்றிருக்கிறது. நான்கா வது பரிமாணத்திற்கு வழி ஒன்று இருக்கிறது. அவ்வழியைப் பின் பற்றிச் செல்லுங்கள். அவ்வழி யைப் பின்பற்றிச் செல்லுங்கள். அவ்வழிதான் வைராக்கியம், சேவை, அன்பு, தானம், தூய்மை, தியானம், அனுபூதி.

வைராக்கிய-பிரஸ்னோத்தரி

(வைராக்கியம்-கேள்விபதில்)

மோக்ஷப் பிரியன் கூறினான் :- குருதேவா ! தயை கூர்ந்து எனக்கு வைராக்கியத்தைப் பற்றி உபதேசி யுங்கள்.

குரு பதில் கொடுத்தார் :- ஓ மோக்ஷப் பிரியா ! வைராக்கியம் என்பது ஆசையற்ற தன்மை அல்லது பற்றற்று இருத்தல் ஆகும். சமாதி அல்லது இறை உணர்வை அடைய வைராக்கியம் ஒரு முக்கியமான பண்பு அல்லது சாதனையாகும். இது ராகம் அல்லது அபிமானத்திற்கு எதிரானது. ராகம் ஒரு மனிதனை சம்சாரத்தோடு பிணிக்கிறது. வைராக்கியம் ஒரு மனிதனை பந்தத்திலிருந்து விடுவிக்கிறது. புலன் வழி வாழ்கையில் உள்ள குறைபாடுகளை உற்றுநோக்கு. புலன் வழி வாழ்க் கையால் பிறப்பு, இறப்பு அதனோடு சேர்ந்த தீமை களாகிய மூப்பு, அழிவு, பிணி, பயம், ஆவல், கவலை, துன்பம், துக்கம், முதலியவைகள் ஏற்படு கின்றன. வைராக்கியம் உள்ளத்தில் படிப் படியாகத் தோன்றும். விவேகம், அல்லது உண் மை, உண்மை அல்லாதது ஆகியவற்றைப் பகுத்து ணரும் சக்தியிலிருந்து பிறக்கும் வைராக்கியம் உன்னுடைய சாதனையில் உனக்கு உதவியாக இருப்ப தோடு நிலையானதாகவும் இருக்கும். ஏமாற்றம், நஷ்டம், உறவினர் மரணம் ஆகியவை காரணமாக ஏற்படுகின்றகாரணவைராக்கியம் உன்னை எந்த வினாடியிலும் விட்டு நீங்கிவிடும். ஒரு முறை துறக்கப்பட்ட விஷயங்களைக் கைப்பற்றிக் கொள்ள அது சந்தர்ப்பங்களுக்காக காத்திருக்கும். அது விரைவில் ஈதர், குளோரோபாரம், அல்லது அம்மோனியாவைப் போல் ஆவியாகப் போய்

விடும். செல்வம்தான் துன்பத்திற்கும், துக்கத்திற்கும் காரணமாக இருக்கிறது. அது அற்பாயுள் உடைய தன்மை படைத்தது. ஆசைத்தீ ஒரு மனிதனை எரிக்கிறது. இந்தச் சரீரம் நோய்களுக்கும், நலங்களுக்கும் இருப்பிடம். இளமை மின்னலைப் போல் தோன்றி மறையக் கூடியது. இவ்வுலகிலுள்ள ஒவ்வொரு பொருளும் நிலையற்றது. வைராக்கியம்தான் மேலான அழியாச் செல்வமாகும். ஒரு வைராகிக்கு இந்த உலகம் முழுதும் ஒரு துரும்பிற்குச் சமம். சாதுசந்நியாசிகளின் சத்சங்கத்தில் ஏகாந்தமாக இரு. ''வைராக்கிய மாலை'', ''வைராக்கியத்தைப் பெறுவது எப்படி?'' ''சந்நியாஸத்தின் அவசியம்'' ஆகிய நூல்களை திருப்பித் திருப்பிப் படி. படிப்படியாக உன்னிடம் வைராக்கியம் வளரும்.

மோக்ஷப் பிரியன் :- வைராக்கியத்தின் உண்மையான தன்மை என்ன?

குரு :- உண்மையான வைராக்கியம் விவேகத்திலிருந்து பிறக்கிறது. வாழ்க்கையில் ஏற்படும் வெறும் தோல்வியால் ஏற்படுவதல்ல. வஸ்துக்களின் நிலையற்ற தன்மையையும், வஸ்துக்களில் உள்ள சந்தோஷத்தின் பொய்யான தன்மையையும், உண்மைக்கும் தோற்றத்திற்கு இடையே உள்ள பாகுபாட்டைப் பகுத்துணரும் ஞானத்தையும் பார்ப்பதனுடைய பலனால்தான் உண்மையான வைராக்கியம் மிக ஏற்படுகிறது. இந்த வைராக்கியம் உயர்ந்த அற்புதத் தோற்றமாகிய பிரம்மலோகம் வரைக்கும் சென்று அது உலர்ந்த வைக்கோலைப்போல் குறையுள்ளது என்று ஒதுக்கித் தள்ளி விடுகிறது. அதாவது வைராக்கியம் என்பது விஷயரூபத்திலுள்ள அனைத்திடத்தும் விருப்பமின்றி இருத்தலாகும்.

வைராக்கியம் என்பது ஆசையற்ற தன்மை அல்லது பற்றற்ற தன்மையாகும். வைராக்கியம் மனிதனை பந்தத்திலிருந்து விடுவிக்கின்றது. காரண வைராக்கியத்திற்கும் விவேகத்திலிருந்து பிறந்த வைராக்கியத்திற்கும் உள்ள வேறுபாட்டைக் கவனித்துப்பார். புலன்வழி வாழ்க்கை, செல்வம், ஆசை ஆகியவற்றிலுள்ள குறைபாடுகளை கவனித்துப்பார். முனிவர்களின் சத்சங்கத்தில் வசி. வைராக்கியம் தான் தலை சிறந்த பண்பு.

வைராக்கியமின்றி இம்மியளவும் ஆன்மீக முன்னேற்றம் ஏற்பட முடியாது. வைராக்கியம் இன்றேல் இந்தச் சரீரத்திலுள்ள பல்வேறு துவாரங்களின் வழியாகவும் சக்தி வெளியே ஒழுகிப் போய் விடும். நீ சாதனை செய்த போதிலும் யோக ஏணியிலே ஏற்றம் எதுவும் இருக்காது. ஓ மோக்ஷப் பிரியா தெய்வீகப் பண்புகள் அனைத்திலும் வைராக்கியமே தலைசிறந்தது. சாஸ்வத ஞானம் அல்லது நிர்விகல்ப சமாதியாகிய மலைச்சிகரத்திற்கு உன்னைக் கூட்டிக்கொண்டு செல்ல இது ஒரே ஒரு சாதனைதான் உளது. இதை அதிக பக்ஷ அளவில் விருத்தி செய் எப்பொழுதும் விழிப்புடனிரு. நீ ஜீவன் முக்தி அடைந்துவிட்டதாகத் தவறுக எண்ணிக்கொண்டு உன்னைத் தளர்த்திக்கொள்ளாதே. பிறகு மீளமுடியாத வீழ்ச்சி ஏற்படும். நீ மறுபடியும் எழமுடியாது. ஜாக்கிரதை, ஜாக்கிரதை, ஜாக்கிரதை. உலகாயத சேர்க்கையை விலக்கு.

ஷட் சம்பத்

(யோகத்தில் அறுவித குணங்களின் பங்கு)

சாதன சதுஷ்டயத்தில் இரண்டாவதான வைராக்கியத்தைக் கவனித்த பிறகு நீங்கள் இப்பொழுது மூன்றுவது தகுதிக்கு வருகிறீர்கள். அது

உண்மையிலேயே மாந்தர் அடையவேண்டிய தெளிவான அறுவித குணங்களின் தொகுப்பாகும். ஆன்மீகப் பாதையில் இந்த நான்குவித சாதனங்களின் வரிசைக் கிரமத்தில் ஒரு அழகான நிச்சயமான நியாயயுக்தமான முக்கியத்துவம் இருக்கிறது. விவேகம் உதயமாகும் பொழுதுதான் உன்னுடைய வாழ்க்கையில் ஆன்மீக எழுச்சியின் முதல் மின்னல் ஏற்படுகிறது. விவேகமற்ற மனிதன் ஒரு விதமான வடிகட்டிய முறையில் மிருக வாழ்க்கையையே நடத்துகிறுன். மானிட வாழ்க்கையின் உண்மையான பொருளே அவன் அறியவில்லை. ஆகவே அவனுடைய நிலேபேற்றின் உண்மையான நோக்கம் அவனிடத்து எழுப்பப்படவில்லை. விவேகமானது எழுச்சியின் முதல் துடிப்பை ஆத்மாவுக்கு அளிக்கிறது. இது இந்த மாயா உலக வஸ்துக்களினுடைய உண்மையான தன்மையினிடத்து உங்களுடைய கண்களேத் திறந்து காட்டுகிறது. வைராக்கியம் தோன்றுகிறது. நீங்கள் இந்த நிலேயற்ற அழியக்கூடிய பொருள்களிலிருந்து விலகியிருக்கத் தூண்டப்பட்டு விஷயங்கள் அல்லது இந்திரிய சுக்கேந்திரங்களிடத்து ஒரு வெறுப்பை அடைகின்றீர்கள். மனமானது இப்பொழுது மறையக்கூடிய தோற்றங்களுக்கு அப்பால் உள்ள ஏதோ ஒன்றைத் தடவுகிறது, தேடுகிறது, அதற்காக ஏங்குகிறது. புதிதாக ஏற்பட்ட வெறுப்பும் வைராக்கியமும் கூடிய இந்த நிலேயோடு கூடவே, வழக்கமான பலஹீனங்கள், புலன்வழி ஆசைகள், விஷய உலகத்திடமிருந்து ஏற்படுகின்ற ஒவ்வொரு ஆசை வெள்ளத்திற்கும், தூண்டுதலுக்கும் பணிந்துவிடக்கூடிய தன்மை ஆகியவற்றுடன் கூடிய பழைய ஆத்மாவும் சேர்ந்தே இருந்து வருகிறது. இது வழுக்கல்களும், தோல்விகளும் நிறைந்ததும், அதனுல் ஏற்படுகின்ற துன்பங்களும் வருத்துகின்ற தொல்லேகளும் நிறைந்ததும் ஆகிய ஒரு நிலே மாற்றக் காலத்தைக் குறிக்கிறது. விவேகம் ஸ்திரப்

படுத்தப்படவும், வைராக்கியம் பலப்படுத்தப்பட வும் வேண்டியிருக்கின்றது. அவைகள் பழைய சக்தி மிக்க வாஸனைகள், சமஸ்காரங்கள் ஆகியவற்றின் தாக்குதல்களேயும் எதிர்ப்புகளேயும் சமாளித்து நிற்கக்கூடிய அளவுக்கு, உறுதியாக்கப்படவேண்டி இருக்கின்றன. அவைகள் மனிதனைத் தாக்கவிருக் கும் தூண்டுதல்களேயும், சோதனைகளேயும் உறுதி யாக எதிர்த்து நிற்கவேண்டும். அந்தரங்க சக்தி உற்பத்தி செய்யப்பட வேண்டியிருக்கிறது. வியக் தித்துவம் உறுதிப்படுத்தப்பட வேண்டியிருக்கிறது.

சாதன சதுஷ்டயத்தில் மூன்ருவதான இந்த ஷட்சம்பத்தானது மனிதனுடைய அகத்தே இந்த சக்தியை உற்பத்தி செய்கின்றது. இந்த அறுவிதப் பண்புகள் அவனே பராக்கிரமமாகிய வார்ப்படத் திலே காய்ச்சி ஊற்றுவதற்குத் துணைபுரிகின்றன. அவைகள் ஜிக்ஞாஸு (தேடுகின்ற ஆத்மா) வினு டைய மனச்சார்பிற்குப் பிடிவாதத்தைக் கொடுக் கின்றன. வியக்தித்துவத்திற்குச் சமமான மனே நிலையை அளித்தல், அமைதியற்ற புலன்களே அடக்கியாளுதல், மனம், மெய் ஆகியவைகளிடம் சகிப்புத் தன்மையை விருத்தி செய்தல், புறத்தே பாய்ந்தோடுகின்ற உள்ளத்தின் தன்மையைத் தடுத்து நிறுத்தி ஒருவனே உள்முக லக்ஷியம் அல்லது ஆன்மீகக் குறிக்கோளின் பக்கம் திருப்பி விடுகின்ற சக்தியைப் பெறுதல், திடமான நம்பிக்கையில் நிலேயாக வேரூன்றியிருத்தல் ஆகிய இந்த முறைகள் எல்லாவற்றின் மூலமாகவும் உன்னுடைய நோக்கத் தையும் லக்ஷியத்தையும் பற்றிக் கொண்டிருப் பதிலும் சிந்தித்துக் கொண்டிருப்பதிலும் பூரண மான ஒருமனப்பட்ட நிலேயில் வளர்ச்சியடைவதன் மூலமாக இந்த ஷட் சம்பத்தானது உன்னே விவேகத்திலும்; வைராக்கியத்திலும், பலப்படுத்தி ஸ்திரப்படுத்தி வைக்கின்றது. இப்பொழுது இந்த

அறுவிதயோகப் பண்புகளினுல் விவேகமும் வைராக்கியமும் யாராலும் தாக்கப்பட முடியாதவைகளாக ஆக்கப்பட்டிருக்கின்றன. அப்பேர்ப்பட்ட அதிகாரியிடத்தில், பரம் பொருளை அடைய வேண்டுமென்கின்ற தீவிரமான ஆவல் கொழுந்துவிட்டு எரிய ஆரம்பிக்கிறது.

1. சமம்

மூன்ருவதாகத் தேவைப்படுவது ஷட் சம்பத் அல்லது அறுவிதப் பண்புகளாம். அவைகளில் சமம், தமம், உபரதி, திதிக்ஷை, சிரத்தை, சமாதானம் ஆகிய ஆறு பண்புகளும் அடங்கப் பெற்றிக்கின்றன. இந்த ஆறு சாதனங்களும் ஒன்ருக எடுத்துக்கொள்ளப் பட்டிருக்கின்றன; ஏனெனில் அவைகள் எல்லாம் மன அடக்கத்தையும், ஒழுங்குப் பாட்டையும் கொடுப்பவைகள் என்பதாகக் கணக்கிடப் பட்டிருக்கின்றன. மன அடக்கமும், மன ஒழுங்குப்பாடும் இல்லாமல் ஏகாக்ர சித்தமும், தியானமும் ஒரு பொழுதும் கைகூடாது. இந்த பயிற்சிகள் உண்மையில் ராஜயோகத்தில் உள்ள பயிற்சிகளேயாம்.

சமம் என்பது வாசனைகளை ஒழிப்பதன் மூலம் உண்டாகின்ற உள்ளத்தின் அமைதி நிலை ஆகும். மனம் இதய அறையிலே வைக்கப்பட்டிருக்கிறது. இது இந்திரியங்களோடு சேரவும் புறத்தே புலன் வழிப்பொருள்களோடு சஞ்சரிக்கவும் அனுமதிக்கப் படுவதில்லை. மனமானது மூலஸ்தானத்தோடு பொருத்தப் பட்டுள்ளது. மன அமைதிதான் ஒரு மனிதனுக்கு வேண்டிய மிக முக்கியமான தகுதியாகும். இதை அடைவது கடினம். ஆனுல் மனிதன் இந்தத் தகுதியை எப்படியாகிலும் பெற்றுத்தான் தீரவேண்டும். இதற்கு இடை-

விடாத நீண்டகால அப்பியாஸம் தேவை. மனம் தான், ஐந்து ஞானேந்திரியங்கள், ஐந்து கர்மேந் திரியங்கள் ஆகிய பத்து இந்திரியங்களுக்கும் தலைமை வகிக்கிறது. தலைவனை முதலில் அடக்கி விட்டால் சிப்பாய்கள் எல்லோரையும் அதாவது இந்திரியங்களை வென்ற மாதிரிதான். இந்திரியங் களின் தலைவனை மனத்தை முதலில் அடக்கா விட்டால் இந்திரியங்களைக் கட்டுப்படுத்துவது பூர்ணமாகாது. ஒருவன் சமத்தில் நிலைபெற்று விட்டால், தமம் அல்லது புலனடக்கம் தானாகவே வந்துவிடுகிறது. மனத்தினுடைய உதவியும் ஒத்து ழைப்புமில்லாது எந்த ஒரு இந்திரியமும் சுதந்திர மாக இயங்க முடியாது.

அமைதி என்பது தெளிந்திருக்கும் நிலை, அல்லது தன்மையாகும். இது மனத்தின் சாந்தம் அல்லது குளுமை அல்லது அமைதி நிலையாகும். சர்ந்தம் என்பது சித்தத்தின் சமநிலை. சாந்தம் என்பதி மனத்தின் பாதிக்கப்படாத நிலை. சாந்த முடன் கூடிய மனம் கலங்காமல் அல்லது மூடப் படாமல் இருக்கிறது. அமைதியான மனத்தில் தான் தெய்வீக ஒளி இறங்குகிறது. நீங்கள் எல்லா விதமான ஆசைகளையும், விருப்பங்களையும் ஒழிக்கும் பொழுதுதான் அமைதிவருகிறது. ஆசைகளும் விருப்பங்களும் அமைதியின்மையை உற்பத்தி செய்கின்றன. நீங்கள் அமைதியாக இருப்பின் அதுதான் சக்தி, பலம் ஆகியவற்றின் மிகப் பெரிய தோற்றமாகும்.

அவசரப்பட வேண்டாம், கவலைப்பட வேண் டாம், வருத்தப்படவேண்டாம், வெந்து குமுற வேண்டாம். ஆத்திரத்தை அடக்கவும் திருப்தி யுடன் இருக்கவும், உங்களுக்கு அமைதியான மனம் ஏற்படும். தினந்தோறும் பிரார்த்தனை, ஜெபம்,

தியானம் ஆகியவற்றைப் பயிலுங்கள். உங்களுக்கு அமைதி ஏற்படும். அமைதி ஒரு நாள் அல்லது ஒரு வாரத்தில் வந்துவிடக் கூடியதல்ல. இந்த அடிப்படையான தெய்வீகப் பண்பை விருத்தி செய்ய நீங்கள் நீண்ட காலம் கஷ்டப்பட்டுப் போராட வேண்டியிருக்கிறது. ஞான யோகத்தைச் சார்ந்த சாதன சதுஷ்டயத்திலுள்ள ஷட் சம்பத்தில் அமைதியே தலையான பண்பாகக் கூறப் பட்டிருக்கிறது. அமைதியாக இருங்கள். தியானம் செய்து நீங்கள் சர்வவியாபக அழியாத ஆத்மா என்பதை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.

2. தமம்

தமம் என்பது புலன்களை அடக்குதல். இது விவேகத்துடன் கூடிய கட்டுப்பாடாகும். அறிவீன மான தவங்களின் மூலம் புலன்களைச் சாகடிப்பதோ அல்லது மழுங்க வைத்து விடுவதோ அல்ல. இந்த உடல் இறைவனுடைய நடமாடும் கோயில். இதை ஆரோக்கியமாகவும், திடகாத்திரமாகவும் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். இது உங்களை அபயம் அமரத்துவம் எனப்படும் அக்கரைக்கு எடுத்துச் செல்லும் கப்பலாகும். இது உங்களை லக்ஷியத்திற்கு அழைத்துச் செல்லும் குதிரையாகும். பல மூட மனிதர்கள் ஜனனேந்திரியத்தைத் துண்டித்து விடுகின்றனர். அவ்வாறு செய்து விடுவதால் காமத்தை முற்றிலும் அடக்கிவிடலாம் என்று அவர்கள் எண்ணுகின்றனர். எப்பேர்ப்பட்ட மகா அறிவீனமான காரியம்! காமம் மனத்தில் இருக்கிறது. மனம் அடக்கப்பட்டு விட்டால் புறத்தே இருக்கும் இந்தச் சதைப்பிண்டம் என்ன செய்ய முடியும்? இந்த உறுப்பைக் கொல்வதற்குச் சிலர் டன் கணக்கில் நக்ஸ்வாமிகாவை விழுங்குகின்றனர். அவர்கள் தங்களுடைய பிரம்மச்சர்யத்திலே

தோல்வியடைகின்றனர். அவர்கள் நக்ஸ்வாமி காவைச் சாப்பிட்டு ஆண்மையை இழந்துவிட்ட போதிலும் அவர்களுடைய மனோநிலை பழைய படியேதான் இருக்கிறது.

உறுப்புகளைத் தானாக உபயோகிக்கும் பொழுது தான் துன்பமும் விரும்பத்தகாத முடிவுகளும் ஏற்படு கின்றன என்பதை ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள்ளுங் கள். இந்திரியங்களை இறைவனுடைய பாத கமலங்களில் அவனுடைய சேவைகளுக்காக என்று அர்ப்பணித்துவிட வேண்டும். பத்து இந்திரியங் களும் பத்துச் சக்திகளாகும். அவைகள் தன்னுடைய குருவிற்காகவும், இதர மஹாத்மாக்களுக்காகவும் சேவை செய்வதற்காகப் பயன்படுத்தப் படவேண் டும். காதுகள் சுருதிகளையும் இதர மதசம்பந்தமான சாஸ்திரங்களையும் கேட்பதற்காகப் பயன்படுத்தப் படவேண்டும். நாவு குரு ஸ்தோத்திரங்களை ஜெபித்துக்கொண்டிருக்க வேண்டும். இதுதான் இந்திரியங்களைச் சரியான முறையில் பயன்படுத்து வதாகும். உபநிடத்துக்களில் கூறப்பட்டிருக்கும் சில சாந்தி மந்திரங்களையும் அவைகளின் முக்கியத் துவத்தையும் சற்றுக் கேளுங்கள்:— என்னுடைய அங்கங்கள், பிராணு, கண், காது மற்றும் என்னு டைய இந்திரியங்கள் அனைத்தும் சக்தியுடன் வளர் வதாக. ஓ தேவர்களே! நாங்கள் எங்கள் காது களால் மங்களகரமானவைகளைக் கேட்போமாக! நாங்கள் எங்கள் கண்களால் மங்களகரமானவை களைக் காண்போமாக! நீங்கள் வழிபாடு செய்யப் படத்தக்கவர்கள். கடவுளர்களால் எங்களுக்கு அளிக் கப்பட்டிருக்கும் வாழ்வை, நாங்கள் திடகாத்திர மான அங்கங்களோடு கூடிய சரீரத்தின் மூலம் எங்களுடைய புகழ் மாலைகளைச் சூட்டி அனுபவிப் போமாக! இங்கு உடலைப் பலவீனப்படுத்தவோ, இந்திரியங்களைக் கொல்லவோ, சரீரத்தையும்,

இந்திரியங்களையும் பல்வேறு விதங்களில் சித்திர வதை செய்யவோ சொல்லப்படவில்லை. அறிவிலிகள் இந்திரியங்களைக் கொல்வதற்கு அறிவீனமான முறைகளைக் கையாளுகின்றனர். அதன் பயனாக அவர்கள் தோல்வியடைகின்றனர். தேவைப் படுவதெல்லாம் என்னவென்றால் நியாயபூர்வமான புலனடக்கம்தான். புலன் வழிப் பாதைகளிலே சென்று அவைகள் பாழாகிவிடுவதற்கு அனுமதிக்கப் படக்கூடாது. அடங்காத குதிரை எவ்வாறு அதன் மீது சவாரி செய்பவனை அது விரும்பிய இடத்திற் கெல்லாம் கொண்டு செல்கின்றதோ அதைப்போல அவைகள் நம்மை ஈவிரக்கமின்றி இந்த உலகப் படு குழியில் தள்ளிவிடுவதற்கு இடந்தரலாகாது. இந்திரியங்கள் முறையாக ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டால் அவைகள் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் வைக்கப்பட்டால் அவைகள் உங்களுக்குப் பயனுள்ள சேவகர்களாக ஆகிவிடுகின்றன. தினந்தோறும் இரண்டு மணி நேரம் மௌனம் அனுஷ்டித்தல், சாப்பாட்டு முறை யில் ஒழுங்குப்பாடு, பிரம்மச்சரியம் அல்லது மிதமாக இருத்தல் ஆகியவைகள் அனைத்தும் இந்திரியங்களைக் கட்டுப்படுத்துவதில் மிகவும் துணைபுரிகின்றன.

''எவனிடத்தில் விவேகம் இல்லையோ, எவனு டைய மனம் எப்பொழுதும் கட்டுப்படாமல் இருக் கிறதோ, அவனுடைய இந்திரியங்கள் (குதிரைகள்) ஒரு சாரதியினுடைய அடங்காத குதிரைகளைப் போல் அடக்கப்பட முடியாதவைகளாகும். ஆனால் எவனிடத்து விவேகம் இருந்து அவனுடைய மனம் எப்பொழுதும் கட்டுப்பாட்டின்கீழ் இருக்கிறதோ, அவனுடைய புலன்கள் ஒரு சாரதியின் நல்ல குதிரை களைப் போல் அடங்கி இருக்கின்றன. ஆனால் எவனிடத்து விவேகமில்லையோ, எவனுடைய மனம் கட்டுப்படாமல் இருக்கிறதோ, எவன் எப்பொழு தும் தூய்மையற்றிருக்கின்றானோ, அவன் லக்ஷியத்தை

அடையாமல் பிறப்பு இறப்புச் சுழலில் சிக்கிக் கொள்கின்றான். ஆனால் எவனிடத்தில் விவேகம் இருக்கின்றதோ, எவனுடைய மனம் எப்பொழுதும் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் இருக்கிறதோ, எவன் தூய்மை யாக இருக்கின்றானோ, அவன் மறுபடியும் பிறவாத இடமாகிய அந்த லட்சியத்தை அடைகின்றான். ஆனால் எவன் சாரதியைப்போல் விவேகத்தைக் கைக்கொண்டு, மனத்தினுடைய கடிவாளங்களைப் பற்றிக் கொண்டிருக்கிறானோ, அவன் தன்னுடைய பிரயாணத்தின் முடிவை அடைகின்றான். அதுதான் விஷ்ணுவினுடைய உன்னதமான ஸ்தலமாகும்.''
— கதோபநிஷத்.

''ஒருவன் சமத்தைப் பயிலும் பொழுது தமத்தைப்பயில வேண்டிய அவசியம் என்ன இருக்கிறது?'' என்று மக்கள் கேட்கின்றனர். தமம் அல்லது புலனடக்கமும் தேவை என்று நான் கூறுகின்றேன். அப்பொழுதுதான் ஒருவன் மனத் தையும், இந்திரியங்களையும் உன்னதமான முறை யில் அடக்க முடியும். மனம் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் இருக்கும்பொழுது இந்திரியங்கள் சுதந்திரமாக எவ்வித நாசத்தையும் ஏற்படுத்திவிட முடியா தெனினும், அவைகளையும் கட்டுப்படுத்துவதால், பரிபூரணமான பாதுகாப்பும், மனத்திற்குப் பரம சாந்தியும் நிச்சயமாகக் கிடைக்கின்றன. சாதகன் தன்னுடைய பிராரப்தத்தின் காரணமாக உலக மக்களுடன் கலந்து பழக வேண்டியிருக்கிறது. அம்மாதிரியான சூழ்நிலைகளில் தமப் பயிற்சி அளவு கடந்த பயனளிக்கும்.

தன்னடக்கம் என்பது ஒருவன் தன்னையே கட்டுப்பாட்டில் வைத்திருப்பதாகும். தன்னடக்கம் என்பது ஒருவனுடைய மனச்சார்புகள், உணர்ச்சி கள், ஆசைகள், வேட்கைகள், இந்திரியங்கள், மனம்

ஆகியவற்றைக் கட்டுப்பாட்டின் கீழ் வைத்திருத்த லாகும். உங்களை முதலில் கட்டுப்படுத்துங்கள். பிறகு நீங்கள் மற்றவர்களைக் கட்டுப்படுத்த முடியும். தன்னடக்கம் உள்ளத்தைத் தெளிவுபடுத்தி, தீர்ப்பை பலப்படுத்தி உங்களுடைய நடத்தையை உயர்த்திவிடுகின்றது. இது உங்களுக்குச் சுதந்திரத் தையும் சாந்தி, ஆனந்தம், சந்தோஷம் ஆகிய வற்றையும் கொடுக்கிறது. தன்னை வெல்லுகின்ற வன் ஒரு நாட்டையே வெல்லுகின்ற படைத்தள பதியை விடச்சிறந்தவன். தன்னடக்கமே சாசுவதப் பேரானந்தமும், அமரத்துவமுமாகிய சாம்ராஜ்யத் தைத் திறப்பதற்குச் சரியான திறவுகோலாகும்.

உன்னையே நீ வெற்றி கொள்வதைவிட மகிமை பொருந்திய வெற்றி வேறெதுவும் இல்லை. உன் னுடைய இந்திரியங்களையும் மனத்தையும் கட்டுப் படுத்து. நீ ஆத்மானுபூதியைத் தாங்கி நிற்பாய். ஆத்மவெற்றியைப் பெறு. இதை நீ செய்து முடிக்கும் வரையிலும் நீ இந்திரியங்களுக்கு அடிமையாகத்தான் இருக்கவேண்டும். எவனொரு வன் உணர்ச்சிகளுக்கு இடம் கொடுக்கிறானோ, அவன்தான் இப்பூவுலகில் மிக மோசமான அடிமை யாகின்றான். எவன் தன்னுடைய உணர்ச்சிகளை யும், ஆசைகளையும், ஆவல்களையும், இந்திரியங்களை யும் ஆட்சிபுரிகின்றானோ அவன்தான் உண்மையில் ராஜாதிராஜன். அவன்தான் சுயாட்சியின் சக்ரவர்த்தி அல்லது தலைவன். கிரீடங்களும், செங்கோல்களும் அவனுக்கு அநாவசியம். அவனு டையதே மிகச்சிறந்த பரிபாலனமாகும்.

தடுத்து நிறுத்தப்படும் ஒவ்வொரு தூண்டு தலும், அடக்கப்படுகின்ற ஒவ்வொரு கெட்ட எண்ணமும், அழிக்கப்படுகின்ற ஒவ்வொரு ஆசை அல்லது ஏக்கமும், நிறுத்திவைக்கப்படும் ஒவ்வொரு

கடுஞ்சொல்லும், சோதிக்கப்படும் ஒவ்வொரு தீவினையும், நிரந்தரமான சாந்தியையும், ஆனந்தத்தையும் அடைவதில் பேருதவி புரிகின்றன.

எவன் தன்னை அடக்கி ஆள முடிகிறதோ அவன் மற்றவர்களையும் அடக்கி ஆள முடியும். தன்னடக்கம் மிக உயர்ந்த தகுதிக்கு அழைத்துச் செல்கிறது. தன்னடக்கம்தான் மனிதனுடைய நிரந்தரமான கடமையாகும். தன்னடக்கம் தகைமையில் தானத்தையும் வேத அத்யயனத்தையும் மிஞ்சிவிடுகிறது.

தன்னடக்கம் உங்களுடைய சக்தியை அதிகப்படுத்துகிறது. தன்னடக்கம் மிகவும் புனிதமானது. தன்னடக்கத்தின் மூலமாக நீங்கள் சகல பாவங்களிலிருந்தும் தூய்மையாக்கப்பட்டு பலமும் நன்னடத்தையும் அளிக்கப்படுகிறீர்கள். நீங்கள் மிக உயர்ந்த ஆசித்தன்மையைப் பெறுவீர்கள்.

தன்னடக்கத்திற்கு இணையானதொரு கடமை வேறெதுவும் இல்லை. தன்னடக்கமே உலகிலுள்ள நற்பண்புகள் அனைத்திலும் மிக உயர்ந்தது. தன்னடக்கத்தின் மூலம் நீங்கள் இவ்வுலகத்திலும் சரி, மறு உலகத்திலும் சரி மிக உன்னதமான சந்தோஷத்தை அனுபவிக்கலாம். தன்னடக்கத்தைப் பெற்றிருப்பின், நீங்கள் மிகப் பெரிய நற்பண்பை வெற்றி கொள்வீர்கள்.

தன்னடக்கத்துடன் கூடிய மனிதன் சந்தோஷமாக உறங்குகின்றான். சந்தோஷமாக விழித்தெழுகின்றான். உலகில் சந்தோஷமாக நடமாடுகின்றான். அவன் எப்பொழுதும் உற்சாகத்துடன் இருக்கின்றான். விரதங்கள் அனைத்திலும் தலையாயது தன்னடக்கம்.

தன்னடக்கமில்லாத மனிதன் எப்பொழுதும் துன்பத்தால் அவதிப்படுகின்றான். அவன் தன் மீதே தன் தவறுதல்களால் ஏற்படுத்தப்பட்ட பல இடுக்கண்களை தருவித்துக்கொள்கின்றான்.

க்ஷமை, பொறுமை, தீங்கு செய்யாமை, பாரபட்சமின்மை, சத்தியம், மனப்பூர்வம், புலனடக்கம், புத்திசாலித்தனம், மிருதுத்தன்மை, எளிமை, உறுதிப்பாடு, தாராளகுணம், வெகுளியின்மை, திருப்தி, இன்சொல் பேசுதல், தயை, பகைமையின்மை—ஆகிய பண்புகள் அனைத்தும் சேர்ந்து தன்னடக்கமாகிறது.

இதில் குருவிடத்தில் மரியாதை செலுத்துதல், எல்லோரிடத்தும் கருணை காட்டுதல் ஆகியவைகளும் அடங்கப் பெற்றிருக்கின்றன. தன்னடக்கமுள்ள மனிதன் புகழ்ச்சி, இகழ்ச்சி, ஆகிய இரண்டையும் விலக்குகின்றான். துன்மார்க்கம், அபகீர்த்தி, பொய், துராசை, காமம், கர்வம், மமதை, பயம், பொறாமை, அவமரியாதை ஆகியவை எல்லாம் தன்னடக்கமுள்ளவனால் ஒதுக்கித் தள்ளப்படுகின்றன. அவன் ஒரு பொழுதும் பழிப்புக்கு ஆளாவதில்லை. அவன் பொறாமையிலிருந்து விடுபட்டிருக்கின்றான்.

வேத தவங்களிலிருந்து உற்பத்தியானதும் ஒரு குகையில் மறைக்கப்பட்டிருப்பதும், பிரம்மனிடத்தில் இருப்பதும் ஆகிய அந்த நித்தியப் பிராந்தியத்தை தன்னடக்கத்தின் மூலமாகத்தான் பெற முடியும்.

தன்னடக்கமுள்ள மனிதன் உலக சம்பந்தங்களிலிருந்தும், உணர்ச்சிகளிலிருந்தும் தோன்றுகின்ற அபிமானங்களினால் ஒருபொழுதும் பிணைக்கப்படுவதில்லை.

தன்னடக்கமுள்ள மனிதன் வசிக்குமிடம் ஒரு வனமாகும். அது எப்பொழுதும் ஒரு புனிதமான இடமாகவே இருக்கிறது. தன்னடக்கமுள்ள ஒரு மனிதனுக்கு ஒரு வனத்தினால் என்ன பிரயோஜனம்? தன்னடக்கமில்லாதவனுக்கு அந்த வனத்தினால் என்ன பிரயோஜனம் ?

தன்னடக்கமுள்ளவன் மறு உலகில் பெரும் வெகுமதியைப் பெறுகின்றான். அவன் இவ்வுலகில் நன்மதிப்பையும், இதற்குப்பின்பு உயர்ந்த முடிவையும் அடைகின்றான். அவன் பிரம்மஸ்திதியை அடைகின்றான். அவன் விடுதலை பெறுகின்றான்.

3. உபரதி

அடுத்தபடியாக உபரதி வருகின்றது. இது மன நிறைவாகும். இது மனத்தை புலன்வழி போகங்களுக்கான ஆசையிலிருந்து தீர்மானமாக விரட்டிவிடுதல் ஆகும். ஒருவன் விவேகம், வைராக்கியம், சமம், தமம் ஆகியவற்றைப் பயின்றிருக்கும் பொழுது இந்த மனோநிலை தானாகவே ஏற்படுகின்றது.

ஸ்ரீ சங்கராச்சாரியார் உபரதிக்குத் தன்னுடைய விவேக சூடாமணியில் கீழ்க்கண்டவாறு இலக்கணம் கூறியிருக்கிறார் :— ''மிகச்சிறந்த உபரதி நித்திய வஸ்துக்களின் மூலமாக வினையாற்றாது இருக்கின்ற மனோ இயக்கத்தில் அடங்கியிருக்கிறது.'' ஆத்ம—அனாத்மா விவேகத்தின்படி ''உபரதி என்பது சாஸ்திரங்களில் விதிக்கப்பட்டிருக்கும் வினைகள், சடங்குகள் ஆகியவைகள் எதிலும் ஈடுபடுவதிலிருந்து கொள்கையளவில் விலகி இருக்கதலாகும்.'' அதாவது இது எப்பொழுதும் ஸ்ரவணத்திலும் ஓய்விலும் ஈடுபட்டு, அவற்றிலிருந்து வழுவாமல் இருக்கின்ற நிலையாகும். எல்லா

வேலைகளையும் துறந்துவிட்டு சன்னியாசத்தை மேற்கொள்வதுதான் உபரதி என்று சிலர் நினைத்துக் கொள்கின்றனர்.

இடைவிடாத விவேகத்தின் மூலமாகவும் உண்மை ஆனந்தத்தையும், நிறைவையும், ஆத்மன் அல்லது கடவுளிடத்தில்தான் பெற முடியும் என்கிற ஆன்மீக தத்துவத்தில் அசைக்கமுடியாத நம்பிக்கையின் மூலமாகவும் பெறப்படுகின்ற ஒரு உள்ளத்திருப்தியை உபரதி குறிக்கின்றது. பிரபஞ்சத்திலுள்ள புறப்பொருள்கள் 'ஆபூர்ண' மானவை; 'தோஷ—பரித' மானவை. ஆன்மீக அனுபவமே 'பரிபூரண' மானதும் 'தோஷரஹித' மானதுமாகும். இவ்வாறாக இந்த நம்பிக்கையில் உறுதிபெற்று, சமாதானமடைந்த விவேகமுள்ள சாதகன் தன்னுடைய மனத்தைத் தோன்றுகின்ற இவ்வுலகக்காட்சியில் மறையக்கூடிய நாமரூபங்களிலிருந்து அப்புறப்படுத்தி, இடைவிடாத ஆத்ம சிந்தனை அல்லது பகவஸ்மரணையில் ஈடுபடுத்திக் கொண்டிருப்பதில் திருப்தியடைகின்றான். கீழ்த்தரமான வஸ்துக்களின் உதவாத்தன்மையை ஒருவன் பார்க்கும் பொழுதும் உயர்ந்த வஸ்து ஒன்றின் உண்மையான தகுதியைப் பற்றி சமாதானமடையும் பொழுதும் அவன் முன்னதிலிருந்து விலகி பின் கூறப்பட்டதோடு ஐக்கியமாகி விடுகின்றான். இந்த மனோநிலையே உபரதியாகும். உபரதியில் நிலைபெற்றிருக்கும் சாதகன் வேறுபட்ட வஸ்துக்களின் பராக்குகளுக்கு மத்தியில் பாதிக்கப்படாமலிருக்கின்றான். அவன் அகத்தே நிலை பெற்றிருக்கின்றான்.

4. திதிக்ஷை (பொறுமை)

திதிக்ஷை அடுத்தபடி வருகிறது. இது சகிப்புச் சக்தியாகும். மனிதன் உஷ்ணம், குளிர், சுகம்,

துக்கம் முதலியவற்றைப் போன்ற எதிரான ஜோடிகளை (துவந்துவங்கள்) பொறுமையாகச் சகித்துக் கொள்ளவேண்டும். ஸ்ரீ சங்கரர் இதை விவேக சூடாமணியில் கீழ்க்கண்டவாறு வரையறுத்திருக்கின்றார். ''சகல துன்பங்களையும், அவற்றை நீக்குவதற்கு எத்தனிக்காமல், பொறுத்துக்கொள்ளுதல், அதே சமயத்தில் கவலைகளிலிருந்து விடுபட்டிருத்தல் அல்லது அதன் காரணமாக புலம்பாதிருத்தல் ஆகிய தன்மைக்கு திதிக்ஷை அல்லது சகிப்புத் தன்மை என்று பெயர். ஆத்ம அனாத்ம விவேகத்தின்படி திதிக்ஷை என்பது ஏதாவது தவறுதலுக்காகத் தன்னைத் தண்டிக்கக்கூடிய வன்மை பொருந்தியவனிடம் பொறுமையைக் காட்டுவதாகும்.''

கிருஷ்ண பகவான் அர்ஜுனனிடம் வெப்பத்தையும் குளிர்ச்சியையும் தாங்கிக்கொள்ளும்படி உபதேசிக்கின்றார். ''குந்தியின் மைந்தா, பொறிகள் புலன்களிடத்துப் பொருந்துதலால் குளிர், வெப்பம், இன்பம், துன்பம் முதலியன உண்டாகின்றன. தோன்றுதலும், மறைதலும், நிலையாமையும் அவைகளின் இயல்பு. பார்த்தா, அவைகளை தைரியமாகப் பொறுத்துக்கொள்'' ''புருஷ சிரேஷ்டனே, எவன் இவற்றால் இன்னலுற்றானோ, இன்ப துன்பங்களை ஒப்பாக உணர்கின்றானோ அத்தீரனே சாகா நிலைக்குத் தகுந்தவனாகின்றான்'' (அத். II—14-15).

சிலர் குளிர் காலத்தில் ஆடையின்றி இருக்கின்றனர். சில சாதுக்கள் கைகளை மேலே தூக்கிக் கொண்டு ஒற்றைக் காலில் நிற்கின்றனர். சிலர் இடுப்பளவு ஜலத்தில் நின்றுகொண்டு இஷ்ட மந்திரத்தை ஜெபிக்கின்றனர். சிலர் கடும் வெயிலில் நிற்கின்றனர் சிலர் கீழே நெருப்பை மூட்டி மரத்திலிருந்து தலைகீழாகத் தொங்குகின்றனர். சிலர்

ஆணிகளைப் பரப்பி அதன்மீது படுத்தும் உட்கார்ந்தும் இருக்கின்றனர். இவைகள் எல்லாம் பொறுமையாகச் செய்யப்படும் பயிற்சிகளாம். அவர்கள் மனோபலத்தை விருத்தி செய்கின்றனர். சிலர் பஞ்சாக்னி தபசு செய்கின்றனர். அவர்கள் நாலா பக்கங்களிலும் நான்கு அக்னிகளும் தலைக்கு மேலே ஐந்தாவது அக்னியாக கொளுத்துகின்ற சூரியனும் ஆக ஐந்து அக்னிகளுக்கு இடையிலும் உட்கார்ந்திருக்கின்றனர். ஆனால் கடுமையான, அறிவீனமான தபஸுகளை கிருஷ்ண பகவான் கீதையில் கண்டிக்கிறார். ''வீம்பும் அகங்காரமும் உடையவர்களாய், காமமும் பற்றுதலும் வலுத்தவர்களாய், எந்த அறிவிலிகள் உடலிலுள்ள இந்திரியங்களையும் உள்ளத்திலுறையும் என்னையும் துன்புறுத்தி சாஸ்திரத்துக்கு ஒவ்வாத கொடுந்தவம் புரிகின்றார்களோ அவர்களை அசுர வழியில் துணிந்தவர்களென்று அறிக.'' (அத். XVII—5, 6.) சிலர் திதிக்ஷையை முடிவாகக் கொள்கின்றனர். திதிக்ஷ ஒரு மார்க்கம் மாத்திரமேயாகும். ஒரு சிறிது அப்பியாசம் காரிய சித்திக்கும் போதுமானது. ஒருவனால் குடையில்லாமலும், வெறுங்காலுடனும் நடக்கவும், தலையணை எதுவும் இல்லாது வெறுந்தரையில் படுத்துறங்கவும் இயலவேண்டும். நிவிருத்தி மார்க்கத்தை மேற்கொள்ள விரும்புகின்றவர்கள் உலகத்தில் இருக்கும்பொழுது இவற்றைப் பயின்றாக வேண்டும்.

எங்கெங்கு சலனம் இருக்கின்றதோ எங்கெங்கு ஜீவனின் தோற்றம் இருக்கின்றதோ அங்கெல்லாம் இந்த இரண்டு எதிர்ச் சக்திகளான இரட்டைகள் இருக்கத்தான் செய்யும். சில அறியாத மக்கள் சந்தோஷமில்லாத அனுபவங்களை ஒழித்துக் கட்டிவிட்டு சந்தோஷகரமானவைகளை மட்டும் வைத்துக் கொள்ள ஆசை படுகின்றனர். இதுதான் அறிவீனத்தின் உச்ச நிலையாகும். எங்காவது இருளின்றி ஒளி

மட்டுமே, முள்ளில்லாது ரோஜா மட்டுமே, நஷ்ட மின்றி லாபம் மட்டுமே, தோல்வியின்றி வெற்றி மட்டுமே, அபஜெயமின்றி ஜெயம் மட்டுமே, துக்க மில்லாது சுகம் மட்டுமே இருக்கமுடியுமா? இந்தத் தராதர மட்டத்தில் இது முற்றிலும் முடியாத காரி யம். இயற்கையினுடைய சாசுவதமான சட்டங்களை மாற்ற முடியாது. அவற்றைத் தீவிரமாகப் புரிந்து கொண்டு, அவற்றோடு நெருங்கிப் பழகுகின்ற புத்திசாலிதான் சந்தோஷமாக இருக்க முடியுமே தவிர மற்றவர்களால் முடியாது.

''இந்த உலகத்தில் நோய்களே இல்லாமலும், கோடையில் தகிக்கும் வெயில் இல்லாமலும், எப் பொழுதுமே குளிர் காலமாகவும், உலகில் துன்பமே இல்லாமலும், இவ்வுலகத்தில் புலிகளும், நாகப் பாம்புகளும், தேள்களும், பூரான்களும், ஈக்கள், கொசுக்கள், மூட்டைப்பூச்சிகள் முதலியவைகளும் இல்லாமலிருந்தால் இந்த உலகம் பூலோக சொர்க்க மாக இருக்கும்'' என்று சில அறியாதவர்கள் நினைக்கின்றனர். எங்கு கர்மம் இருக்கின்றதோ அங்கு பிரதி கர்மமும் இருக்கத்தான் செய்யும். துன்பமே இல்லாது இன்பம் மட்டுமே இருக்க முடியாது. இவைகள் ஒரே நாணயத்தின் இரண்டு பக்கங்களாகும். இவைகள் ஒரே பொருளின் இரண்டு பெயர்களாகும். துன்பம் ஒன்றுதான் இவ்வுலகின் மிகச் சிறந்த பொருள். இது கண்ணைத் திறந்துவிடுகிறது. துன்பம் இருப்பதனுல்தான் மனிதன் துன்பத்தைப் போக்க முயலுகின்றான். இவ்வாறு துன்பத்தைப் போக்க அவன் முயற்சி செய்யும் பொழுது அவன் துன்பமற்ற அமர வீட்டைத் தேட முயற்சிக்கின்றான். கடைசியாக அவனுடைய இதய அறைகளிலும் இந்த நாம ரூபங்களிலும் ஒளித்து வைக்கப்பட்டிருக்கும் சத்—சித்—ஆனந்த ஆத்மனைப் பற்றி விடுகின்றான்.

இப்பொழுது நிலவி வரும் எல்லாத் தத்துவ சம்பிர தாயங்களும் தங்களுடைய நிலைபேறு நியாய மானதே என்று நிரூபிக்க முடியும். ஏனெனில் அவைகள் அனைத்தும் இந்தத் துன்பத்திற்கு மூல காரணம் என்ன என்பதையும் அதை ஒழிப்பதற் கான சரியான வழிமுறைகளையும் கண்டு பிடிப் பதற்கு முயற்சிக்கின்றன. மேற்கூறியவாறு மனிதன் ஒரு புது உலகத்தை அடைவதாக வைத்துக் கொள்வோம். அவன் ஒருபொழுதும் பேரின்பநிலை யடைய முயற்சி செய்ய மாட்டான். அவன் அதிருப்தியுடனும் அமைதியற்றும் இந்த சம்சாரச் சேற்றிலேயே உழன்று கொண்டு இருப்பான்.

ஒரு ஞானி ஒரு பொழுதும் முணுமுணுப்ப தில்லை. அவன் எப்பொழுதும் தன்னை அந்த மாறுத நிலையான, சாட்சியாக இருக்கின்றதும், அவனு டைய இதயத்திலே மறைத்து வைக்கப்பட்டிருப் பதும், துவந்துவங்கள் அனைத்திற்கும் அப்பாற் பட்டிருப்பதும் ஆகிய உணர்வோடு பொருத்திக் கொள்ள முயற்சிக்கின்றான். பிறகு அவன் இப் பிரபஞ்சத்தின் அசைவுகளையும், அற்புதங்களையும் கலங்காத மனத்துடன் கவனிக்கின்றான். ஒவ் வொன்றும் பிரம்மனுடைய லீலையாகத் தோன்று கிறது. அவன் தெய்வீக திட்டத்தைப் புரிந்து கொள்கின்றான். சிருஷ்டியின் ஒவ்வொரு அங்கு லத்திலும் அவன் அறிவைக் காணுகின்றான். அவ னுக்குப் பரந்த அளவில் இயற்கையின் சாசுவத மான சட்ட திட்டங்களைப் பற்றியும், எதிரெதிரான ஜோடிகளைப் பற்றியும் ஞானம் ஏற்படுகின்றது. அவன் இப்பொழுது துன்பம், பாம்புகள், தேள்கள், புலிகள் முதலியவைகள் இருப்பதற்கான காரணத் தைப் புரிந்து கொள்கின்றான். இதுதான் ஞானத் தை அடிப்படையாகக் கொண்ட உண்மையான திதிக்ஷையாகும். பயிற்சியாளன் எந்த விதமான

கஷ்டம் அல்லது ஆபத்து ஏற்படினும் அதை சகித்துக் கொள்வான். மிகவும் துக்ககரமான திடுக்கிடும் செய்திகளால்கூட அவன் அசைக்கப் படுவதில்லை. இவன் உடலைச் சித்திரவதை செய்து தங்களைப் பழக்கப்படுத்தி வைத்திருக்கும் சரீர திதிக்ஷுக்கள் பலத்த அழிவுகளை எதிர்நோக்கும் பொழுது தோல்விக் குறிகளைக் காட்டுவார்கள். ஞானத்தின் மூலமாக திதிக்ஷையை வளர்த்து வந்திருக்கும் ஒரு திதிக்ஷு எல்லா திதிக்ஷுக்களுக்கும் அரசனாவான்.

சகிப்புத் தன்மை என்பது பொறையுடைமை யாகும். இது நெருக்கடியில் எதிர்ப்பின்றி அதிலே ஆழ்ந்து போகாமலோ அல்லது அதற்கு விட்டுக் கொடுக்காமலோ பொறுமையாக சகித்துக் கொள்ளுதலாகும்.

சகிப்புத் தன்மை என்பது எதிர்ப்பின்றி பொறுத்துக் கொள்ளக் கூடிய சாமர்த்தியம் அல்லது சக்தியாகும். இது எந்தவிதமான வலி, இடுக்கண், தொந்தரவு அல்லது எந்த ஒரு நீடித்த நெருக்கடியையும், குன்றிவிடாமல் அல்லது முணு முணுக்காமல், அல்லது புகார் செய்யாமல், புலம்பாமல் அல்லது சிணுங்காமல் சகித்துக் கொள்ளக்கூடிய திறமையாகும். இது பொறுமை யான சகன சக்தியாகும். இது அழிவுச்சக்திகளுக்கு எதிராகவும் சகித்துக் கொண்டு தொடர்ந்து இருக்கக்கூடிய ஒரு சாமர்த்தியமாகும்.

பொறுத்துக் கொள்வது என்பது துன்பத் தோடும், தடுப்புச் சக்தியுடனும், உணர்வுச்சக்தி யோடு தாங்கிக் கொள்ளுதலாம். சகித்துக் கொள் ளுதல் என்பது அவமானம் அல்லது கோபத்தைத் தூண்டிவிடக் கூடிய வார்த்தைகளை அமைதியாக பொறுத்துக் கொள்ளுதலாகும்.

எவன் சகித்துக் கொள்கிருனே அவன் வெற்றியடைகின்ருன். சகிப்புத் தன்மையின் மூலம் மனே பலமும், பொறுமையும் விருத்தி செய்யப்படுகின்றன. சகிப்புத் தன்மையின் மூலம் தீமைகளும் கஷ்டங்களும் தாண்டப்படுகின்றன.

உன்மீது சுமத்தப்படுகின்ற இடையூறுகளுக்குத் தகுந்த விகிதத்தில் உன்னுடைய பலமும் அடிக்கடி அதிகரித்துக் கொண்டு போகின்றது. அவற்றைத் தைரியமாகச் சகித்துக் கொள்.

துன்பங்களும் கஷ்டங்களும், இடுக்கண்களும், ஆபத்துக்களும் பொதுவாக மனிதர்களின் நடத்தையை உருவாக்குகின்றன.

ஈச்ச மரம் கடினமான பாரத்திற்கு கீழ் மிக நன்ருக வளர்வதைப்போல மனிதனுடைய ஒழுக்கமும் வளர்கின்றது.

துன்பம் பெருகப் பெருக அதைக் கடப்பதில் உள்ள மகிமையும் பெருகுகின்றது. திறமை மிக்க விமானமோட்டிகள் சண்டமாருதத்திலும், புயல் காற்றிலும் பிரக்கியாதி அடைகின்றனர்.

சகிப்புத் தன்மையின் மூலம் நீ உன்னுடைய தெய்வீக மகத்துவத்தை வெளிப்படுத்திக் காட்டி இறைவனேடு கூடுகின்ருய்.

இந்தச் சரீரம் உன்னுடைய கருவிதானே ஒழிய உன்னுடைய ஆத்மா அல்ல. திதிக்ஷை உன்னுடைய மனே பலத்தை விருத்தி செய்கின்றது. ஞான மார்க்கத்தில் சென்று கொண்டிருக்கும் ஒரு மனிதனுடைய யோக்யதாம்சங்களில் இதுவும் ஒன்று. இது இப்பொழுதும் இனிமேலும் சந்தோஷத்தைக்

கொடுக்கின்றது. ஆனால் இதனிடத்து ஒரு குறைபாடு உண்டு. மக்கள் சகிப்புத் தன்மையை அப்பியசிப்பவர்களைப் பார்த்து சக்தியற்றவர்கள், பேடிகள் என்று தவறாக அர்த்தம் செய்து கொள்கின்றனர்.

மனிதர்கள் உனக்கு எவ்வளவு துன்பத்தைக் கொடுத்தாலும் அவற்றை மகிழ்ச்சியாகத் தாங்கிக் கொள்.

ஸமதுஃக சுகம் தீரம் ச: அம்ருதத்வாய கல்பதே.

எவனிடத்து சகன சக்தி இருக்கிறதோ, எவன் இன்பதுன்பங்களில் சமமாகவும் உறுதி தளராமலும் இருக்கின்றானோ, அவன் அமர நிலைக்குத் தகுந்தவனாகின்றான். (கீதை 2-15.)

மௌனி பாபா ஒரு பெரிய திதிக்ஷு. அவர் ஒரு வைராகி. அவர் சித்ர கூடத்திலிருந்து இரண்டு மைல் தொலைவிலுள்ள ஒரு காட்டில் வசித்து வந்தார். அவர் கோடையில் பயங்கரமாகத் தகிக்கின்ற வெயிலில் காலை 8 மணி முதல் சூரிய அஸ்தமனம் வரை நிற்பார். என்னே அந்த சந்நியாசியின் அற்புதமான சகன சக்தி! உண்மையில் மெச்சத் தக்கதே!

அவ்வப்போது உங்களுடைய வீட்டின் சுற்று மதிலுக்குள் வெறுங்காலுடன் நடக்கவும். சரீரத்தை உடலுழைப்பில் பழக்கப்படுத்தி வைக்கவும். நீங்கள் உங்களுடைய வேலைக்காரர்களையே முற்றிலும் சார்ந்திருத்தல் கூடாது. உங்களுடைய துணிமணிகள் எல்லாவற்றையும் நீங்களே துவைத்துப் போட்டு உழைப்பின் பெருமையை உணருங்கள். அத்தியாவசியமேற்பட்டால் மட்டும் மருந்து சாப்பிடுங்கள்.

படிப்படியாக உங்களுடைய சகன சக்தியை விருத்தி செய்து வாருங்கள்.

சகல வழிகளின் மூலமாகவும், வெப்பம், குளிர், வலி, பசி முதலியவற்றைத் தாங்கிக்கொள்ளக்கூடிய சகிப்புத் தன்மையை விருத்தி செய்யுங்கள்.

சகன சக்தி என்பது ஒரு யோகி, ஒரு ஞானி, ஒரு பக்தன் ஆகியோர்களிடம் இருக்க வேண்டிய ஒரு நற்பண்பு ஆகும். யோகத்தை வெற்றிகரமாக நடத்தி வருவதில் பல தொல்லைகளையும் வறுமைகளையும் மாணுக்கர்கள் எதிர்நோக்க வேண்டி இருக்கின்றன. திதிக்ஷை மனோபலத்தை விருத்தி செய்கின்றது.

பயங்கரமான சோதனைகள் இடுக்கண்கள் ஆகியவைகளிலிருந்து பலவீனமான மனிதன் பலமுள்ளவனுகவும், கெம்பீரமுடையவனுகவும் வெளிக்கிளம்புகிருன். இயற்கையானவன் ஒருவனை உயர்ந்த மனிதனுக உருவாக்க விரும்பும்பொழுது அவன் அவனை சோதனையாகிய உலைக்களத்திலே வீசி எறிகின்றுன். ஆகவே துன்பங்களையும் இடுக்கண்களையும் கண்டு பயப்பட வேண்டாம். அவைகள் மாறுவேடத்தில் உள்ள ஆசீர்வாதங்களேயாம்.

திதிக்ஷை என்பது ஞானத்தின் ஒரு நிலைமை. ஞானத்தைப் பெறுவதற்கு இது ஒரு வழி. சில சாதுக்கள் திதிக்ஷையை வாழ்க்கையின் லட்சியமாகக் கொண்டிருக்கின்றனர். அவர்கள் சாகும் வரைக்கும் குளிர் காலத்தில் குளிர்ந்த ஜலத்திலும், கோடையில் தகிக்கும் வெயிலிலும் ஒற்றைக் காலில் நிற்கின்றனர். திதிக்ஷை மட்டும் மனிதனின் மிக உன்னதமான முடிவைப் பெற்றுத்தர முடியாது.

திதிக்ஷை ஒரு முடிவை அடைவதற்கு உதவுகின்ற ஒரு வழி. சிலர் தங்களுடைய வாழ்நாள் முழுவதையும் வெயிலிலும், குளிரிலும் போர்வை முதலியவைகளை விட்டுவிட்டு நின்றுகொண்டிருப்பதற்காகவே அர்ப்பணிக்கின்றனர். அவர்கள் லட்சியத்தை மறந்து தவறவிட்டுவிடுகின்றனர். அடைய வேண்டிய லட்சியம் ஞானம் ஆகும். திடகாத்திரமான மனோபலமுடையவன் எந்தவிதமான திதிக்ஷையையும் பழகவேண்டியதில்லை. அவன் உடனடியாக விரும்பும்பொழுது எந்த வகையான கடுந்தபசையும் செய்ய முடியும். தபசின் பெயரால் உங்களுடைய ஆரோக்கியத்தை கெடுத்துக்கொள்ள வேண்டாம். உங்களுடைய பொது அறிவைப் பயன்படுத்துங்கள். எளிமையான இயற்கையோடியைந்த வாழ்க்கையை நடத்துங்கள்.

எப்பொழுதும் அமைதியாகவும், சாந்தமாகவும், சீரான மனோ நிலையுடனும் இருங்கள் இதைப் பயிலுங்கள். ஒருபொழுதும் கிளர்ச்சியோ முன்கோபமோ அடைய வேண்டாம். ஒரு பாறையைப் போல உறுதியாக நில்லுங்கள். சாந்தமாகவும், கலங்காமலும் இருங்கள். ஒரு பொழுதும் பொறுமையை இழக்காதீர்கள். நீங்கள் அமைதியாக இருக்கும் பொழுது உங்களால் உள்ளுக்குள்ளிருந்து உதவியையும், பலத்தையும் பெற முடியும். தெய்வீக சக்தி உங்களிடம் பாய்ந்தோடி வரும். நீங்கள் அமைதியாகவும் சாந்தத்துடனும் இருக்கும் பொழுது உங்களால் அமைதியான அந்தரங்க ஓசையைக் கேட்க முடியும்.

மனிதர்களின் மனோ தத்துவத்தை ஆராய்ந்து பார்க்கவும். மானிடரின் தன்மையை அலசிப் பார்க்கவும். நீங்கள் பலவிதமான மனங்களுடன் பழகும் பொழுது உங்களை நன்றாகப் பொருந்தச்

செய்து கொள்ளுங்கள். பூரணமான இணக்க முடையவர்களாக இருங்கள். சகிப்புத் தன்மையை விருத்தி செய்யுங்கள். அப்பொழுதுதான் உங்களால் சந்தோஷமாக இருக்க முடியும்.

நீங்கள் எங்கு சென்றாலும் அங்கு உங்களுடைய சொந்த மனம், வாசனைகள், சம்ஸ்காரங்கள் ஆகியவற்றை உங்களுடன் சுமந்து செல்கின்றீர்கள். ராக—த்வேஷம் எங்கும் இருக்கிறது. இமய மலைக் குகைகளில்கூட இருக்கிறது. உங்களுடைய சொந்த உலகத்தையும் சூழ்நிலைகளையும் உள்ளுக்குள்ளிருந்தே சிருஷ்டி செய்து கொள்ளுங்கள். அப்பொழுதுதான் நீங்கள் எங்கு இருந்தாலும், எந்த விதமான சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகளில் இருந்தாலும் உங்களால் சந்தோஷமாக இருக்க முடியும்.

நற்பண்புகளில் எல்லாம் தலை சிறந்தது. சீரான மனோ நிலையுடன் இருத்தலாகும். ஆகவே இந்தப் பண்பை பொறுமையாகவும் விடா முயற்சியுடனும் விருத்தி செய்யுங்கள். மற்றப் பண்புகள் தாமாகவே வந்து பற்றிக் கொள்ளும்.

நீங்கள் யாருடன் கலந்து பழகுகின்றீர்களோ அவர்களுடைய குணத்திற்கும் மனப்பாங்கிற்கும் தக்கபடி உங்களைச் சரிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். இதுதான் ஆனந்த இரகசியம். கஷ்டங்களை பொறுமையாகத் தாங்கிக் கொள்ளுங்கள். உள்ளத்தை எல்லாவிதமான சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகளுக்கும் இடங்களுக்கும் தக்கவாறு சரிப்படுத்திக் கொள்ளுக. அப்பொழுதுதான் நீங்கள் உண்மையாகவே பலசாலியாகவே இருக்க முடியும்.

சோதனை நிறைந்த நிலைமைகள், தூண்டுதல்கள், பாதகமான சூழ்நிலைகள் ஆகியவைகளுக்கு இடையே பரிணமமடைய முயற்சிக்கின்ற அந்த யோக

மானுக்கன் விடாப்பிடியுடையவனாக ஆவான். அவன் மிகவும் பலம் பொருந்தியவனாக ஆவான். அன்னை பிரக்ருதிக்குத் தன்னுடைய குழந்தைகளை எவ்வாறு உருவாக்க வேண்டுமென்பது பூர்ணமாகத் தெரியும். ஆகவே முணு முணுக்க வேண்டாம். சிணுங்க வேண்டாம். எல்லா நேரங்களிலும் எல்லா நிலைமைகளிலும் உங்களுடைய மனத்தை குளிர்ச்சியாக வைத்திருங்கள்.

முடிவற்ற தொல்லைகள், துன்பங்கள், நோய்கள், களியாட்டங்கள் ஆகியவைகளுக்கிடையில் நீங்கள் பாரபட்சமில்லாமலும், உங்களுடைய புலன்களின் எஜமானராகவும், உங்களுடைய மனம் கலங்காமலும் இருந்தால், நீங்கள் எந்த வஸ்துவையும் விரும்பாமலும், துறக்காமலும் இருந்தால், நீங்கள் சாந்தத்தை உடையவர்களாக ஆகின்றீர்கள். ஆகவே இந்தப் பண்பை எவ்வாருகிலும் விருத்தி செய்யுங்கள்.

தோல்வி என்பது வெற்றிக்கான தூணை யொழிய வேறில்லை. தோல்வியைக் கண்டு அதையரிப்பட வேண்டாம். இடுப்பு வேட்டியை உருட்டிக் கட்டுங்கள். எழுந்து நில்லுங்கள். தைரியமாக இருங்கள். துன்பங்களை எதிர்நோக்குங்கள். அவற்றை ஒவ்வொன்ருகத் தாண்டிச் செல்லுங்கள்.

எக்காரணத்தைக் கொண்டும் மனச்சோர்வடைய வேண்டாம். ஆன்மீக சிங்கத்தைப் போல் நடந்து செல்லுங்கள். கஷ்டங்களை ஒவ்வொன்ருகத்தாண்டிச் செல்லுங்கள். பொது ஜனங்களின் கண்டனத்திற்காக அஞ்சவேண்டாம். மக்கள் இன்னும் பிரபு மஹாதேவர், ஸ்ரீ சங்கராச்சாரியார், கிருஷ்ண பரமாத்மா, ராமபிரான் ஆகியோர்களைத் திட்டிக் கொண்டுதான் இருக்கின்றனர். அவர்கள்

இனியும் என்றென்றும் அவ்வாறு செய்து கொண்டிருப்பார்கள். இந்த உலகம் தமோகுணம் படைத்த மக்களால் நிரப்பப் பட்டிருக்கிறது. சத்துவகுணம் படைத்த மக்கள் மிகவும் அரிது. உங்களுடைய மனத்தை ஒழுங்குபடுத்துங்கள். சகல நிலைமைகளிலும், எல்லாக்காலங்களிலும் பிடிவாத மாக நில்லுங்கள். குளிர்ந்த சீரான மனோநிலையை வைத்திருங்கள். இதுதான் அதி உன்னதமான ஞானமாகும். இப்பொழுது எழுந்து நில்லுங்கள். இடுப்பு வேட்டியை உருட்டிக் கட்டிக்கொண்டு இந்திரியங்களோடும் மனத்தோடும் போர் தொடங்குங்கள். உலகிற்கு இரட்டிப்பு மடங்கு சக்தியுடனும் பலத்துடனும் தொண்டு செய்யுங்கள். நீங்கள் வெற்றிடன் முன்னேறுவீர்களாக. நீங்கள் கைவல்ய நிலையை அடைவீர்களாக.

நீங்கள் ஆத்மாவா அல்லது மனமா அல்லது உடலா? நீங்கள் என்னுடைய புத்தகங்களை 100 முறை வாசித்திருந்தாலும் கூட சிறு கண்டனம் எழுப்பப்படும் பொழுது நீங்கள் உங்களை மனத் தோடும் உடலோடும் அபேதமாக்கிக் கொள் கின்றீர்கள். உங்களுடைய அஹங்காரம் அவ்வளவு பலம் பொருந்தியதாக இருக்கின்றது. மக்கள் உங்கள் மனத்தையும் உடலையும் குறைகூறலாம். உங்களுடைய உடலையும் உள்ளத்தையும் குறை கூறுபவர்கள் உங்களுடைய நண்பர்களாகின்றனர். அப்படியிருக்க எனதன்பார்ந்த கிருஷ்ணா, நீ ஏன் கிளர்ச்சியடைகின்றாய்? நீ இன்னும் பலஹீனமாக இருக்கின்றாய். நீ ஆன்மீகத்தில் இன்னும் வளர்ச்சி யடையவில்லை. கண்டனத்தைத்தட்டிக்கழி. நடந்து போன சம்பவங்களைக் குறித்து நீ ஏன் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கின்றாய்? இது ஒரு மிகவும் கெட்ட வழக்கம். உன்னிடத்தில் மன அமைதியே இருக்க

முடியாது. கண்டனங்களையும் அற்பக்குறை கூற்றுக் களையும் விட்டுமேலே எழு. அதோ தெரிகிறதே அந்த பாறையைப்போல் உறுதியாக நில். பிடிவாத முடையவனாக ஆகு. உனக்கு விஷம் வைக்க, அல்லது உன்னைத் துன்புறுத்த முயற்சித்த அந்த மனிதர்களுக்கு நன்மை செய். இதை காரியத்தில் காட்டு.

நீ எல்லோரையும் நேசிக்க முயற்சிக்க வேண்டும். உன்னை அழிக்க முயல்கின்றவனும், உனக்கு விஷம் வைத்துக் கொல்லத் திட்டமிடு பவனும், உன்னுடைய தலையை வெட்டுவதற்காக வாளை உருவுகின்றவனுமாகிய உன்னுடைய பரம விரோதியையும் நீ நேசிக்க முயற்சி செய்ய வேண்டும். ஆம், இது கடினம்தான். ஆனால் நீ ஆன்மீக வளர்ச்சியையும் விடுதலையையும் உண்மையாகவே விரும்பினால் நீ இதைப் பயின்று தான் ஆகவேண்டும். இதுதான் உண்மையான சன்னியாஸம். எவன் ஒருவன் தனக்கு உடல் இல்லையென்று உணருகின்றானோ, அவனே உண்மை யான சந்நியாசி. உன்னுடைய அழிவையே குறிக் கோளாகக் கொண்டிருப்பவர்களுக்கு மத்தியிலும், மிக மோசமான, பாதகமான சூழ்நிலைகளுக்கு மத்தியிலும் நீ வாழ்ந்து, வேலை செய்து, தியானம் செய்து வரவேண்டும். அப்பொழுதுதான் நீ ஆன் மீகத்தில் வளர்ச்சியடைய முடியும். அப்பொழுது தான் உன்னிடத்தில் ஒரு முனிவருடைய கலங்காத மனம் இருக்கும். இந்த முறை கடினம் என்பதில் ஐயமில்லை. இருந்தாலும் இது ஒருவனை உண்மை யாகவே உறுதி வாய்ந்தவனாகச் செய்யும்.

நீ பலவிதமான விரும்பத்தகாத அனுபவங்களை எதிர்நோக்க வேண்டியிருக்கும்பொழுது சில பொறா மைக்காரர்கள் உன்னை தூஷிக்கவும், உனக்கு இடை யூறு விளைவிக்கவும் முயற்சித்தார்கள் என்கின்ற

காரணத்திற்காக நீ பொதுஜன சேவையை விட்டு விடுவது உனக்கு ஒரு பெரிய நஷ்டமாகும். உன்னுடைய ஆன்மீக வளர்ச்சி பெரிதும் தடைப்படும். பொதுமக்களின் கண்டனத்தையும், கடுஞ் சொற்களையும், கொடுமைகளையும் தாங்கிக் கொள்ள உன்னிடத்தில் ஆசார பலமும் ஆசார தீரமும் இருக்கவேண்டும். ஸ்ரீ ராமபிரானும், பஞ்ச பாண்டவர்களும் பட்ட துன்பங்களோடு ஒப்பிட்டுப் பார்க்கையில் உன்னுடைய துன்பம் எம்மாத்திரம்? உன்னுடைய ஆண்மையையும், ஆசார தீரத்தையும், ஆன்மீக பலத்தையும் இப்பொழுது காட்டு. இந்த ஆறு ஆண்டுகாலமாக தியானத்தின் மூலமாக நீ பெற்றிருக்கும் அந்தரங்க சக்தியானது இப்பொழுது சோதனைக்குள்ளாக்கப்பட்டிருக்கிறது. நீ உண்மையாகவே மனப்பூர்வமான தியானத்தைப் பயின்றிருந்தால், இந்த கஷ்டங்களை ஒரு புன்னகையுடன் எதிர்நோக்குவதற்கு ஏராளமான பலம் உன்னிடம் இருந்திருக்கவேண்டும். உன்னிடம் பலம் இல்லையாகில், தியானத்தில் ஏதோ தவறு நேர்ந்திருக்கிறது என்பதைக் காட்டுகிறது. உண்மையான தியானம் அளவு கடந்த அந்தரங்க பலத்தைக் கொடுக்கிறது.

அவமானம், அவமரியாதை, அகௌரவம், பழி அல்லது கடுஞ்சொற்கள் ஆகியவைகளைக் கண்டு அஞ்ச வேண்டாம். அவைகளை உன்னுடைய உடலின் மீது அணிகலன்களாக அணிந்துகொள்.

தங்களைப் பற்றி ஒரு சிறிது பழிச்சொற்களைக் கேட்டாலும்கூட பெரிதும் அலட்டிக்கொள்பவர்கள் பலர் இருக்கின்றனர். பயப்படாதே இவையெல்லாம் வீண் ஒலிகளே. அவைகள் காற்றிலே மிதந்து செல்லுகின்ற ஒலி அலைகள்தான். இவைகள் ஒன்றுமே இல்லை. ஏளனம் என்பது என்ன? அவதூறு என்பது என்ன? இவைகளை அலசி ஆராய்ந்துபார்.

விசாரம் செய்துபார். அவைகள் காற்றோடு காற்றாக ஒன்றுமில்லாமல் சூன்யமாகிவிடும். அவதூறுகளை ஒருகாதில் நுழையவிட்டு உடனே மறுகாதின் வழியாக வெளியே விட்டுவிடு. நீ சப்தமே (அசப்தம்) இல்லாத இடமாகிய அழியாத ஆத்மாவாக இருக்கின்றாய். எதுவும் உன்னை பாதிக்க முடியாது. நீ புண்படுத்தப்பட முடியாதவன்.

5. சிரத்தை

பிறகு சிரத்தை வருகிறது. இது குருவினுடைய வார்த்தைகளிலும், வேதாந்த சாஸ்திரங்களின் வாக்குகளிலும், இவை எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக தன்னுடைய சொந்த ஆத்மனிலும் தீவிரமான நம்பிக்கை கொண்டிருத்தலாகும். இது குருட்டு நம்பிக்கை அல்ல. இது சரியான பகுத்தறிவு, நிரூபணம், அனுபவம் ஆகியவற்றை ஆதாரமாகக் கொண்டது. அப்பொழுதுதான் அது ஒரு நீடித்த நம்பிக்கையாக இருக்கமுடியும். அப்பொழுதுதான் அது பூரணமான அசையாத நம்பிக்கையாக இருக்க முடியும். குருட்டு நம்பிக்கைகளும், மத சம்பந்தமான பழக்க வழக்கங்கள் அல்லது சமூக பழக்க வழக்கங்களும் ஒரு மனிதனுக்கு அவனுடைய ஆன்மீக முன்னேற்றத்தில் உதவி புரியமாட்டா. மனமானது எப்பொழுதும் அமைதி இன்றி இருக்கும். அடிக்கடி பலவிதமான சந்தேகங்கள் எழுந்த வண்ணமாக இருக்கும். சமயோன்மத்தர்கள் தங்களுடைய நம்பிக்கைகளை மற்றவர்கள்மீது கட்டாயப்படுத்தித் திணித்து, அவர்களை மாற்றி தங்களுடைய எண்ணிக்கையை பலப்படுத்துவதற்காகத் தங்கள் வசப்படுத்திக் கொள்கின்றனர். புதிதாக மாற்றப்பட்டவன் புது சம்பிரதாயத்தில் உண்மையான ஆறுதலைப்

பெறுவதில்லை. பிறகு அவன் வேறொரு சம்பிர தாயத்தைத் தழுவுகின்றான். சிரத்தை மிக முக்கிய மானதொரு யோக்கியதாம்சமாகும். சிரத்தை யின்றி ஆன்மீக முன்னேற்றம் ஏற்பட முடியாது. சிரத்தையிலிருந்து நிஷ்டை அல்லது ஏகாக்ர பக்தி யும், பக்தியிலிருந்து ஆத்மானுபூதியும் வருகின்றது. நம்பிக்கையானது சலனமுடையதாக இருப்பின், அது சீக்கிரத்தில் மறைந்து போய்விடும். மனிதன் ஒரு குறிக்கோள் இன்றி அங்குமிங்கும் அலைக்கழிக் கப்படுவான்.

நீ உன்னுடைய குருவைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். தேர்ந்தெடுத்த பிறகு நீ அவரையே விடாமல் பற்றிக் கொள்ள வேண்டும். அவருடைய உபதேசங்களில் நீ முழு நம்பிக்கை வைத்து அவற்றை மறுமொழி கூறாது பின்பற்ற வேண்டும். அப்பொழுதுதான் நீ சுலப மாகப் பரிணமிக்க முடியும். உன்னுடைய குரு வினிடத்தில் உனக்கு பிரம்ம பாவனை இருக்க வேண்டும். அப்பொழுதுதான் உன்னிடத்தில் ஆன்மீக வளர்ச்சி காணப்படும். குருவும், புத்தகங் களும் உன்னை ஊக்குவித்து வழியில் உள்ள எல்லா இடையூறுகளையும் நீக்க முடியும். ஆன்மீக மார்க் கத்தில் ஒவ்வொரு அடியாக எடுத்து வைக்க வேண்டியவன் நீதான். இந்த விஷயத்தை நன்றாக ஞாபகத்தில் வைத்துக்கொள். உனக்காக குரு சாதனை செய்ய முடியாது.

சகலவிதமான ஞானமும் உள்ளுக்குள்ளிருந்து வருகின்றது. சகல ஞானத்திற்கும் பேரானந்தத் திற்கும் களஞ்சியமாக விளங்குவது உள்ளே இருக்கும் ஆத்மாவே. விவேகம், வைராக்கியம், சமம், தமம், உபரதி ஆகியவற்றைப் பயிலுவதால் உள்ளத்தூய்மை ஏற்பட்டு ஆத்மனுடைய ஒளி

பிரகாசிக்க ஆரம்பிக்கின்றது. சாதகன் கீச்சிடுகின்ற மெல்லிய குரலின் மூலம் வழிகாட்டப்படுகின்றான். அவன் இயற்கையுணர்வோடு கூடிய உள்ளத்தின் குரலை ஆத்மாவின் குரல் என்று தவறுதலாக எண்ணிவிடக்கூடாது. மனமானது முற்றிலும் தூய்மையாக்கப்படாவிடினும் பதுங்கிக் கொண்டிருக்கும் ஆசைகள் இருந்தாலும் சூட்சுமமாக மறைந்திருக்கும் இரகசிய வாசனைகளின் அடி நீரோட்டங்கள் சில இருந்தாலும் ஆத்மாவினுடைய குரல் காதில் விழாது. திருட்டு மனமானது குறுக்கிட முயற்சி செய்யும். இது தன்னுடைய சொந்தக்குரலை எழுப்பும். ஆகவே மனிதர்கள் மிக மிக ஜாக்கிரதையாக இருக்க வேண்டும். அவர்கள் மிகமிக விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும். அவர்கள் உணர்ச்சி வசப்பட்ட உள்ளத்தின் குரலையும், தூய ஆத்மாவின் குரலையும் பாகுபடுத்தி அறிந்துகொள்ள முயற்சிக்க வேண்டும். ஆத்மனுடைய குரல் கேளா விடினும் தெய்வீக ஒளி அல்லது ஞானப் பொறி அல்லது இயற்கையுணர்வின் ஒளியானது இறங்கி வராவிடினும் சாதகன் சமம், தமம், உபரதி ஆகிய வற்றைத் தீவிரமாக அப்பியசிக்க வேண்டும். சாதகன் ஞானப் பொறியைக் கடுமையாகப் பின் பற்ற வேண்டும். தன்னுடைய அகங்காரச் சார்புகள் காரணமாக அவன் இந்தப் பக்கம் அந்தப் பக்கம் திரும்பக்கூடாது. அவன் அந்தரங்க வெளிப்பாட்டின் ஒளியைப் பின்பற்றிச் சென்றால், ஒளியானது மேலும் மேலும் அதிகமாகப் பிரகாசிக்கும். இது கொழுந்துவிட்டெரியும் ஞானத்தீயாக வளர்ச்சியடையும்.

நம்பிக்கையின் முக்கியத்துவம்

நம்பிக்கை என்பது வெளிப்படுத்தப்பட்ட மதத்தின் உண்மையில் நம்பிக்கை கொள்ளுதலாம். இது

கடவுளிடத்துக் கொண்டிருக்கும் விசுவாசமும் உறுதிப்பாடும் ஆகும். இது ஒருவன் தன்னுடைய சொந்த ஆத்மாவினிடத்தில் வைத்திருக்கும் விசுவாசமாகும். இது ஒருவனுடைய குரு அல்லது ஞானிகளின் வாக்குகளிலும், சொற்களிலும், உபதேசங்களிலும் கொண்டுள்ள நம்பிக்கையாகும். இது மத நூல்களிடத்து வைக்கப்படும் நம்பிக்கையாகும்.

நம்பிக்கை என்பது மற்றொருவர் திருஷ்டாந்தம் மூலமாகவோ அல்லது பிரமாணிக்கியமாகவோ பிரகடனப்படுத்துகின்ற உண்மையை நிரூபணமின்றி உறுதியாக ஏற்றுக்கொள்வதாகும்.

எந்தச் சொந்த ஸ்திதியின் மூலம் தெய்வீக வெளிப்பாடானது மானசீகமாகத் தனதாக்கிக் கொள்ளப்படுகிறதோ அது நம்பிக்கை. இது தர்க்க ரீதியான முறைகளிலிருந்து தோன்றுவது இல்லை. ஆனால் உடனடியான அந்தரங்க அனுபவத்திலிருந்து தோன்றுகின்றது.

தங்களின்மேல் வைத்திருந்த பெரும் நம்பிக்கையைத் தவிர வேறு எவ்விதமான ஆஸ்தியுமில்லாத மனிதர்கள் அற்புதங்களைச் சாதித்திருக்கின்றனர்.

கடவுளிடத்துப் பூரணமான நம்பிக்கை கொண்டிருங்கள். உங்களுடைய சகலத்தையும் அவனிடத்து ஒப்படைத்துவிடுங்கள். அவன் உங்களைப் பாது காத்துக்கொள்வான். சகலவிதமான பயங்களும் இடுக்கண்களும் முற்றிலும் அழிந்துவிடும். நீங்கள் எப்பொழுதும் அமைதியாக இருக்கலாம்.

நம்பிக்கையானது திணிக்கப்படக் கூடாது. மத நம்பிக்கைகளை கட்டாயப்படுத்த முயற்சிப்பது அவ நம்பிக்கைக்கு அழைத்துச் செல்கின்றது. தெய்வ நம்பிக்கை ஆத்மாவை உயர்த்துகிறது உள்ளத்தையும் உணர்ச்சிகளையும் தூய்மையாக்குகின்றது. இறை

உணர்விற்கு அழைத்துச் செல்கின்றது. நம்பிக்கையே மதத்திற்கு ஜீவனாக விளங்குகின்றது. இது புது நம்பிக்கைகளை சிருஷ்டித்து அமரத்துவத்தை எழுப்பிவிடுகின்றது. நம்பிக்கையானது இறைவனைப் பார்க்கின்ற கண்ணாகவும், அவனைப் பற்றுகின்ற கரமாகவும் விளங்குகின்றது. நம்பிக்கை என்பது சக்தி. நம்பிக்கை என்பது பலம். நம்பிக்கை என்பது அளவு கடந்த சக்தி.

எவனிடத்து நம்பிக்கை இருக்கிறதோ, அவன் பலசாலியாக இருக்கின்றான். எவன் சந்தேகிக்கின்றானோ அவன் பலவீனனாக இருக்கின்றான். சந்தேகம் சக்தியைத் தடுக்கிறது. திடமான நம்பிக்கை மாபெரும் காரியங்களுக்கு முன்னணியில் நிற்கின்றது.

நம்பிக்கைக் குறைவு காரணமாக ஏராளமான தெய்வீக ஞானமானது உன்னிடத்து இழக்கப்படுகிறது.

நம்பிக்கை ஆன்மீகப் பாதைக்கு ஒளி தருகிறது. மரணம் என்கின்ற வளைகுடாவிற்கு ஒரு பாலம் அமைத்துக் கொடுத்து சாதகனை அபயமும் அமரத்துவமுமாகிய மறுகரைக்குக்கொண்டு சேர்க்கின்றது.

நாம் ஒரு அறிக்கைக்கு விசுவாசம் தெரிவிக்கின்றோம்; ஒரு பிரதிக்ஞை அல்லது சங்கற்பத்திற்கு சம்மதம் கொடுக்கின்றோம்; நம்பிக்கையானது விசுவாசத்தை விடப் பலம் பொருந்தியது. உறுதியான கொள்கை என்பது வாதப்பிரதிவாதங்களினாலோ அல்லது சாட்சியின் மூலமாகவே ஸ்தாபிக்கப்படுகின்ற ஒரு நம்பிக்கை.

உறுதிப்பாடு என்பது தர்க்கத்தைக் கடந்த நம்பிக்கையாகும்.

நம்பிக்கை என்பது விசுவாசம், உறுதிப்பாடு ஆகியவைகளின் சேர்க்கையாகும். நம்பிக்கை என்பது முக்கியமாக ஆளைக்குறிப்பது. விசுவாசம் என்பது முற்றிலும் ஆளைக்குறியாததாக இருக்கலாம். நாம் ஒரு பிரதிக்கினையில் விசுவாசத்தைப் பற்றியும் வாக்குறுதியில் நம்பிக்கையையும் பற்றிப் பேசுகின்றோம். ஏனென்றால் வாக்குறுதி ஒரு மனிதனிடமிருந்து பிறக்கின்றது.

உறுதிப்பாடு என்பது ஒரு அறிக்கையை உண்மையென்றோ, அல்லது ஒரு மனிதனைத் தகுதியுடையவன் என்றோ உறுதியாகச் சார்ந்திருத்தல் ஆகும். இயற்கையில் ஒரு படித்தன்மையினிடத்து நமக்கு சார்பு உண்டு. நமக்குக் கடவுளிடத்து நம்பிக்கை அல்லது விசுவாசம் உண்டு.

நம்பிக்கை பகுத்தறிவைக் கடந்தது

ஆன்மீகம் என்கின்ற ஏணியில் கடவுள் நம்பிக்கைதான் முதல்படி ஆகும். தெய்வீகக் கருணையைப் பெறுவதற்கு இது மனிதனிடத்தில் நம்பிக்கையை ஊட்டுகிறது.

கடவுளிடத்துப் பூரணமான நம்பிக்கை கொண்டிருங்கள்; சகல விதமான பயங்கள், கவலைகள், தொல்லைகள் ஆகியவற்றை விட்டுவிட்டுப் பூரண சாந்தியுடன் திகழுங்கள்.

நம்பிக்கை பகுத்தறிவைக் கடந்து நிற்கின்றது. நம்பிக்கை ஒன்றுதான் நித்தியப் பேரானந்தம், அமரவீடு ஆகியவற்றின் கதவைத் திறக்கிறது. பிறழாததும் அசைக்க முடியாததுமான நம்பிக்கையைக் கொண்டு சாசுவத சாந்தியின் எல்லையற்ற சாம்ராஜ்யத்தினுள் நுழையுங்கள்.

உங்களுடைய நம்பிக்கையை சத்சங்கம் அல்லது மஹாத்மாக்களின் தொடர்பு, புனித சாத்திர நூல்களைப் படித்தல் ஆகியவற்றின் மூலம் பலப் படுத்துங்கள்.

தீவிரமான நம்பிக்கையுடையவர்களாக இருங் கள். அப்பொழுதுதான் தெய்வீகத்தை அடைய வேண்டுமென்கின்ற தீவிரமான வேட்கை உங்கள் இதயத்தில் உதயமாகும். இறைவனுடைய தன்மை, மகிமை, தெய்வீக வாழ்க்கையின் தன்மை, இறையுணர்வு ஆகியவைகளைப் பற்றித் தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளுங்கள். அப்பொழுதுதான் உங்களால் ஆத்மசரணாகதி அடைய இயலும்.

இறைவனை அறியப் பாடுபடுங்கள். ஞானிகளின் சேர்க்கையை நாடுங்கள். தன்னலமற்ற சேவை, துறவு, வைராக்கியம், பிரார்த்தனை, தியானம் ஆகியவற்றோடு கூடியதொரு வாழ்க்கையை நடத்துங்கள்.

சிரத்தை (நம்பிக்கை), இறைதரிசனத்திற்கான தீவிரமான வேட்கை, ஆத்ம சரணாகதி ஆகியவை இன்றி உங்களால் இறை உணர்வை அடைய முடியாது. ஆகவே இந்த மூன்று பொருள்களையும் அடையப் பாடுபடுங்கள்.

இறை உணர்வைப் பெறுவதற்கு உங்களுக்குக் கலைஞானமோ அல்லது விஞ்ஞானமோ தேவை யில்லை. ஆனால் நம்பிக்கை, தூய்மை, பக்தி ஆகியவைகள் இருந்தால் போதுமானது.

ஒரு தீர்மானமான குறிக்கோளைக் கொண் டிருங்கள். உறுதிப்பாட்டுடன் இருங்கள். மனப் பூர்வமாக இருங்கள். தீவிரமாக இருங்கள். நீங்கள் உண்மையில் எதை விரும்பிக் கொண்டிருக் கிறீர்கள் என்பதை தெளிவாகவும் உறுதியாகவும் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

இறைவன் எங்கும் இருக்கின்றான். அவனுடைய பிரசன்னத்தை எங்கும் உணருங்கள். அவனுடைய கண்கள் எல்லாவற்றையும் பார்க்கின்றன. அவனுடைய கரங்கள் எல்லோரையும் பாதுகாக்கின்றன. அவனிடத்தில் விசுவாசம் வையுங்கள். அவனுடைய இனிய நாமத்தில் அடைக்கலம் புகுங்கள். நீங்கள் மனம் சோர்வடைய வேண்டியதில்லை. நீங்கள் எதைப் பற்றியும் பயப்பட வேண்டியதில்லை.

நம்பிக்கையே சக்தி. நம்பிக்கையே பலம். நம்பிக்கையே அளவு கடந்த சக்தி. நம்பிக்கையே மதத்தின் ஜீவன். இது புது நம்பிக்கைகளை சிருஷ்டி செய்து அமரத்துவத்தை எழுப்புகின்றது.

சாஸ்திரங்களில் நம்பிக்கை

பிரம்மனை சுருதிகள் மூலமாகவும், சுதந்திரமான சிந்தனையின் மூலமாகவும் அறிய வேண்டியிருக்கிறது. பகுத்தறிவு அதில் செய்ய வேண்டியது ஒன்றுமில்லை. பாதராயணர் வேதங்களின் வாக்குகளில்தான் எப்பொழுதும் தஞ்சம் புகுவது வழக்கம். சுருதிகள் பிழை படாதவை. ஆதாரப் பூர்வமானவை. சுருதிப் பிரமாணம் திருஷ்டியை விட உயர்ந்தது. திருஷ்டி தவறுதல்களுக்கு அழைத்துச் செல்லக்கூடியது. ஒரு ஜாடியைப் பார்ப்பதானது உண்மையில் ஜாடியினுடைய திருஷ்டியிலிருந்து உலகத்தின் மிகுதியைக் கழித்துப் பார்ப்பதாகும். ஜாடியும் மிகுந்துள்ள உலகமும் நேரடியாக மனத்தின் முன்பு கொண்டு வந்து வைக்கப்படுகின்றன. அப்பொழுதுதான் திருஷ்டி சாத்தியமாகிறது. அப்படி இருக்க அணுத் திரளாலான மனம் எஞ்சியுள்ள உலகத்தை எவ்வாறு காண முடியும்? இது முடியாதது. ஆகவே திருஷ்டியானது சுருதிகளைப் போல் அவ்வளவு அதிகாரப்

பூர்வமானதும் நம்பத்தகுந்ததும் அன்று. நீங்கள் ஆகாயத்தில் நீல வர்ணத்தைப் பார்க்கின்றீர்கள். இது ஒரு பொய்த்தோற்றம் அல்லது அத்யாஸம். நீங்கள் திருஷ்டிப் பிரமாணத்தைச் சார்ந்திருக்க முடியாது. சுருதிகள் புலப்பாடுகள் ஆம். அவைகள் ரிஷிகளுடைய இயற்கையுணர்வைக் கடந்த நேரடியான அனுபவங்களாகும். மஹாத்மாக்களும் சுருதிகளும் பிரம்மனைப் பற்றிய சரியான ஞானத்தை கொடுக்கின்றனர். சுருதிகள் உங்களுடைய பிரமாணகத சந்தேகத்தை, வேதாந்த சாஸ்திரங்களின் செல்லத்தக்க தன்மையைப்பற்றிய சந்தேகத்தை நீக்குகின்றன. கடவுள் அல்லது பிரம்மன் அதீந்திரியமானவர். இந்திரியங்களைக் கடந்து நிற்பவர், அவங் மனோகோசரமானவர். மனம், வாக்கு கடந்து நிற்பவர். நிதித்தியாஸனம் அல்லது ஆழ்ந்த தியானத்திற்கு ஆதாரமாக இருப்பது சுருதியே. ''தத்துவம் அஸி'' ''அஹம் பிர:ம்மா அஸ்மி'' எனப்படுகின்ற சுருதிகளின் மஹா வாக்கியங்களைக் கேட்பதிலிருந்துதான் பிரம்மாகார விருத்தி உற்பத்தி செய்யப்படுகிறது. சிரவணம், சுருதிகளின் மனனம் ஆகியவைகளின்றி ஞானயோகம் கை கூடாது. பகுத்தறிவைப் பெற்றிருப்பதாக எண்ணிக் கொண்டிருப்பவர்களும், ஆனால் உண்மையில் தங்களுடைய மனோபாவனைகளையும், பகுத்தறிவுக்கான தங்களுடைய விருப்பங்களையும் தவறுதலாகப் புரிந்துகொண்டிருப்பவர்களுமாகிய சில படித்த மூடர்கள், அறிவாளிகளாகத் திகழும் அறிவிலிகள், சுருதிகளில் பகுத்தறிவுக்கு ஏற்ப இருக்கும் அந்தக் குறிப்பிட்ட பகுதிகளைமட்டும் தாங்கள் ஏற்றுக் கொள்வதாகப் பறை சாற்றுகின்றனர். அவர்கள் ஒரு பொழுதும் இந்தச் சம்சார சக்கரத்திலிருந்து விடுபடப் போவதில்லை. அவர்கள் நாசத்தையே அடைவர். எந்த ஒரு விஷயமும் தர்க்கங்களினாலும், சரியான

ஆதாரங்களினுலும் ஸ்தாபிக்கப்படாதிருக்கும் பொழுது, மக்களின் உள்ளங்கள் புறத்தேயுள்ள ஸ்தூல வஸ்துக்களிடம் மோகித்து இருக்கின்ற காரணத்தால், சரியான நம்பிக்கை இல்லாது சூக்குமமானதும், முற்ற முடிந்ததுமான, உண்மைகளின் தெளிவான காட்சி பெரும்பாலும் முடியாததேயாகும். நம்பிக்கை இருக்கும் பொழுது புரிந்து கொள்ள வேண்டிய அந்த விஷயத்தில் மனமானது சுலபமாக ஏகாக்ரப்படுத்தப்பட முடியும். பிறகு அதைத் தொடர்ந்து விரைவில் புரிந்து கொள்ளுதல் ஏற்படுகின்றது.

நம்பிக்கையைப்பற்றிய நீதிவாக்கியங்கள்

நம்பிக்கை என்பது "அறியப்படாத" இடத்தில் விசுவாசம் வைத்தல்.

நம்பிக்கையும் பக்தியும் ஒன்ருகப் பேசுகின்றன. நம்பிக்கை குணப்படுத்துகிறது, நம்பிக்கை சிருஷ்டிக்கிறது, நம்பிக்கை அற்புதங்களைச் செய்கிறது, நம்பிக்கை மலைகளை அசைக்கிறது.

கடவுளிடத்தில் கொண்டிருக்கும் அசைக்க முடியாத நம்பிக்கை எப்பேர்ப்பட்ட கஷ்டத்தையும் சமாளிப்பதற்கு வேண்டிய அற்புத சக்தியைக் கொடுக்கிறது. நம்பிக்கை பலவீனனை பலவானுகவும் பயங்கொள்ளியை வீரனுகவும் ஆக்குகிறது.

நம்பிக்கை முடியாததை முடியவைக்கிறது. நம்பிக்கை தர்க்கம் செய்வதில்லை, எண்ணுவதில்லை, பகுத்துப் பார்ப்பதில்லை, சிந்திப்பதில்லை.

பகுத்தறிவு ஒரு நம்பத்தகாத, பிழை செய்யக் கூடிய எல்லையுடன் கூடிய கருவி.

இறைவனைக் கண்டுபிடிக்கப் பயன்படும் தேடு தீபமாக விளங்குவது நம்பிக்கை.

நம்பிக்கை இல்லாத வாழ்க்கை பாழ்.

நம்பிக்கை இழந்த வாழ்வு ஒளி இழந்த வாழ்வு.

இறைவனிடத்துப் பிறழாத நம்பிக்கை இல்லாத வாழ்க்கை திக்கற்றது.

நம்பிக்கை இழந்தால் சகலமும் இழக்கப் படுகிறது என்பதை அறிந்துகொள்.

வாழ்க்கைக்குத் தண்ணீராக இருப்பது நம்பிக்கை.

இறைவனிடத்துப் பூரண நம்பிக்கை கொண்டிரு.

6. சமாதானம்

இந்த அறுவிதப் பண்பாடுகளில் அடுத்தபடியாக வருவதும் கடைசியாக இருப்பதும் சமாதானம். இது சீரான மனோநிலை. இது சமநிலையும் அமைதியு மாகும். இப்பொழுது பூரணமான மன ஒருமைப் பாடு ஏற்படுகிறது. இது சமம், தமம், உபரதி, திதிக்ஷை, சிரத்தை ஆகியவற்றைப் பயின்றதின் பலன். இது மனத்தை விஷயங்களிடை ஓடவிடா மலும், அதன் வழியே போக விடாமலும் தடுத்து ஆத்மனில் நிலைநிறுத்துவதாகும். இது சுயநிலையில் நிற்றலாகும். ஆத்ம — அனாத்ம விவேகத்தில் ஸ்ரீ சங்கராச்சாரியார் வர்ணிக் கிறார். ''ஒரு மனமானது சிரவணத்தில் ஈடுபட் டிருக்கும் பொழுது, மிகுந்துள்ள மனம் ஏதாவது உலக வஸ்துக்களிலோ, ஆசையிலோ அலைந்து திரிந்துவிட்டுப் பிறகு அது பயனில்லை என்று கண்டு கொண்டு முப்பயிற்சிகளைச் செய்வதற்குத் திரும்பி

வந்துவிடுகிறது—அல்வாறு திரும்பி வருதலுக்கு சமாதானம் என்று பெயர்.'' மனம் துன்பங் களுக்கு இடையில் கவலையின்றி இருக்கிறது. இன்பங்களுக்கிடையில் அதனிடத்து அலட்சியம் காணப்படுகிறது. மன உறுதிப்பாடு அல்லது சீரான மனோ நிலை ஏற்படுகிறது. சாதகன் எல்லாப் பக்கத் திலும் பற்றற்று இருக்கின்றான். அவன் விரும்பு வதும் இல்லை; வெறுப்பதும் இல்லை. அவனிடம் பெருமளவிற்கு மனோபலமும் உள்ள அமைதியும் இருக்கின்றன. அவனிடத்தில் கலங்காத பரம சாந்தி காணப்படுகின்றது.

சில சாதகர்களுக்கு அவர்கள் ஏகாந்தமாக இருக்கும் பொழுதும், மனத்தைச் சிதறவைக்கும் சக்திகள் இல்லாதிருக்கும் பொழுதும் மன அமைதி ஏற்படுகிறது. அவர்கள் ஒரு நகரத்திற்கு வந்து மக்களுடன் பழகும்பொழுது மன அலைச்சல் அல்லது விக்ஷேபம் மிகவும் அதிகமாக ஏற்படுகிறது என்று குறை கூறுகின்றனர். அவர்கள் முற்றிலும் நிலை கெட்டு விடுகின்றனர். கூட்டம் நிறைந்த இடத்தில் அவர்களால் எந்த விதமான தியானமும் செய்ய இயலாது. இது ஒரு குறைபாடு. இது சமா தானத்தை அடைந்ததாகாது. இவர்களிடம் சீரான மனோநிலை இல்லை. ஒரு மாணாக்கன் ஒரு யுத்தகளத்தில் கூட நாலா பக்கங்களிலும் குண்டு மாரி பெய்யும் பொழுதும், இமய மலையில் ஒரு ஏகாந்தமான குகையில் இருப்பதைப் போன்ற சீரான மனோநிலையை வைத்திருக்க முடிந்தால் தான் உண்மையில் அவனை சமாதானத்தில் பூர்ண மாக நிலைபெற்றிருப்பவன் என்று கூற முடியும்.

நெப்போலியனிடத்தில் ஓரளவு சமாதானம் இருந்தது. ஆனால் இது சாதகர்கள் ரகத்தைச் சேர்ந்ததல்ல. கொந்தளிக்கும் யுத்தகளத்தின்

சந்தடிகளுக்கும் இரைச்சல்களுக்கும் இடையிலும் அவனுல் பூர்ணமான மன அமைதியைக் கடை பிடிக்க முடிந்தது. கீதையில் கிருஷ்ண பகவான் கூறுகின்ருர்: ''ஓ தனஞ்ஜயா, யோகத்தில் நிலே பெற்று எல்லாக் காரியங்களேயும் பற்றுதல்களின்றி வெற்றி தோல்வியில் சமமான மனே பாவனேயுடன் செய் (II–48). இது சமாதானம். மறுபடியும் கீதையில் நீங்கள் பார்க்கலாம்: ''விருப்பு வெறுப் பற்றனவும் ஆத்ம வசப்பட்டனவும் ஆகிய இந்திரி யங்களால் விஷயங்களில் உலவுகின்ற மன வேந்தன் மனத் தெளிவடைகின்ருன்'' (II–64). இதுவும் சமாதானம் ஆகிறது.

இந்த மதிக்க முடியாத பண்பாகிய சமா தானத்தை உடைய சாதகன் இன்ப துன்பம், சுக துக்கம், லாப நஷ்டம், புகழ்ச்சி இகழ்ச்சி, அப கீர்த்தி, வெற்றி தோல்வி, நிறைவேற்றம் அல்லது ஏமாற்றம் என்று சொல்லப்படுகின்ற எதிரிடை ஜோடிகளுக்கிடையில் (துவந்துவங்கள்) கலங்காது நிற்கின்ருன். இது தன்மையுடன் கூடிய அமைதி யில் ஸ்திரமாகி நிற்கின்ற நிலேயாகும். இதில் மன மானது புறத் தொடர்புகளின் தாக்குதல்களுக்கும், உலக வாழ்க்கையின் பலவிதமான அனுபவங் களுக்கும் எந்தவிதமான பிரதிகிருதி (எதிர்தாக்கல்) யையும் ஏற்படுத்துவதில்லே. விவேகத்தையும், வைராக்கியத்தையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு ஏற்படுகின்ற அந்தரங்கமான உறுதிப்பாட்டி லிருந்து பெறப்படும் சாந்த குணம்தான் யோகத்தின் சாராம்சமாக விளங்குகின்றது. இது ஆன்மீக உணர்வு பெற்ற மனிதனிடம் காணப்படு கின்ற ஒரு விசேஷ அம்சமாகும். சாதகனுக்கு இது இன்றியமையாதது இதனுடைய கடைசி நிலேகளில் இதுவே யோகமாக ஆகிறது. சமத்துவம் யோகமாகக் கருதப்படுகிறது. அந்தரங்க

முன்னேற்றம், அபிவிருத்தி ஆகியவைகளைச் சோதனை செய்து பார்ப்பதற்குரிய நிச்சயமான வழிகளில் இது ஒன்று.

முமுக்ஷுத்துவம் (துறவு)

கடைசியாக முக்கியமான பண்புகளில் நான்காவதாகிய முமுக்ஷுத்துவத்திற்கு வருகின்றோம். இது பிறப்பு இறப்புச் சக்கரத்திலிருந்தும் அவற்றோடு சேர்ந்த தீமைகளாகிய மூப்பு, பிணி, மயக்கம், துக்கம் ஆகியவைகளிலிருந்தும் விடுபட வேண்டுமென்கின்ற தீவிர வேட்கையாகும். ஒருவன் முற்கூறப்பட்ட விவேகம், வைராக்கியம, ஷட்–சம்பத் ஆகிய மூன்று பண்புகளையும் பெற்றிருப்பானேயாகில் முமுக்ஷுத்துவம் தானகவே வந்துவிடும். மனமானது தன்னைத்தானே ஆதிஸ்தானத்தை நோக்கி நகர்கின்றது; ஏனெனில் அது இப்பொழுது புறப்பொருள்களில் கொண்டிருந்த பிடிப்பை இழந்துவிட்டது. இந்த விஷயப் பிரபஞ்சத்தில் அதற்குத் தங்குமிடம் இல்லை. உள்ளத் தூய்மையும், மன ஒழுங்குபாடும்தான் யோகத்தின் கருங்கல் அஸ்திவாரமாகும். இது ஏற்பட்டுவிட்டால் விடுதலை வேட்கை தானக ஏற்படுகிறது. முமுக்ஷுத்துவம் தகிக்கின்ற வகையைச் சேர்ந்ததாக இருக்க வேண்டும். தகிக்கும் முமுக்ஷுத்துவம் தகிக்கின்ற வைராக்கியத்தோடு இணைந்துவிட்டால் பேரின்பம் இமைப்பொழுதில் கிட்டிவிடும். பொதுவாக மக்களில் பெரும்பான்மையோரிடம் மந்த ரகமான வைராக்கியம் முமுக்ஷுத்துவம்தான் இருக்கின்றன. ஆகவேதான் அவர்கள் தங்களுடைய முயற்சிகளில் வெற்றியடைவதில்லை. ஒருவன் தன்னிடத்து தகிக்கின்ற முமுக்ஷுத்துவம் இல்லை என்று கண்டால் அவன் இதர மூன்று சாதனைகளையும் தீவிரமான விடுதலை வேட்கை ஏற்படும்வரை கடுமையாக்

அப்பியசிக்க வேண்டும். இந்த நான்கு தகுதிகளையும் பெற்ற சாதகன் சுருதிகளை ஒரு பிரம்ம நிஷ்டை குருவிடமிருந்து கேட்டு (சிரவணம்) அந்தரங்க ஆத்மனில் பிரதிபலித்து தியானம் செய்யவேண்டும். அவனுக்கு விரைவில் ஆத்ம சாக்ஷாத்காரம் அல்லது ஆத்மானுபூதி கிட்டும்.

ஒருவன் இந்த நான்கு சாதனைகளையும் உச்ச வரம்பிற்குப் பழக வேண்டும். ஒரு சாதனையில் மட்டும் திறமை பெற்றுவிட்டால் நீ பூர்ணத்து வத்தை அடைய முடியாது. இந்த நான்கு சாதனங் களின் வரிசைக்கிரமத்தில் ஒரு உறுதிப்பாடான முக்கியத்துவம் இருக்கிறது. இந்த நான்கு சாதனங் களையும் பெற்றிருக்கும் ஒருவன் இந்த உலகில் ஒரு ஆசீர்வதிக்கப்பட்ட தெய்வத்தன்மை பொருந்திய வனுவான். அவன் பிரம்மனேயாகின்றான். அவனை பூஜித்து வழிபட வேண்டும். - அப்பேர்ப்பட்ட உன்னதமான ஆத்மனுக்கு எனது மௌன வந்தனங் கள் உரித்தாகுக.

முமுக்ஷுத்துவத்திற்கு ஒரு உபமானம்

''ஒருவனுடைய கண்களில் ஏதோ தூசு விழுந்து விட்டதாக வைத்துக்கொள்வோம். அவன் உடனே கண்களைக்கழுவி அந்தத் தூசை எடுப்பதற்குத் துடிப் பான். அந்தத் தூசு நீக்கப்படும் வரையிலும் அவனுக்குப் பெரிய வேதனையாக இருக்கும். அவன் இந்த உலகைப் பற்றிய அனைத்தையும் மறந்துவிடு வான். அவனுடைய முழுகவனமும் கண்களிலுள்ள தூசை எடுக்கவேண்டும் என்பதில்தான் இருக்கும். அதேபோலத்தான் இறை உணர்வை அடைவதற் கும் ஒருவன் விரும்பவேண்டும். அவனுடைய மன மானது இறை உணர்வை அடைய வேண்டும் என் கின்ற அந்த ஒரே ஒரு ஆசையை மட்டும்தான்

எண்ணிக்கொண்டிருக்க வேண்டும். அவன் மற்றவை அனைத்தையும் மறந்துவிட வேண்டும். அவன் அளவு கடந்து அமைதியின்றி இறை உணர்விற்காக ஏங்கிக் கொண்டிருக்க வேண்டும். இது ஒரு உப மானம். சுவாமிஜி மேலும் கூறினார். முமுக்ஷுத்து வத்திற்கு மற்றொரு உபமானம் என்னவென்றால் தண்ணீருக்குள் இருக்கும் மனிதன் நீங்கள் ஒரு வனுடைய தலையைத் தண்ணீருக்குள் அமிழ்த்திப் பிடித்துக் கொண்டிருப்பதாக வைத்துக் கொள்ளுங் கள். அவன் மூச்சு விடுவதற்குத் திணறிக் கொண் டிருப்பான். தண்ணீருக்குள்ளிருந்து தலையை எப்படியாவது வெளியில் எடுக்க அவன் பெரும் பிரயாசைப்படுவான். ஏனெனில் அப்பொழுது தான் அவனால் சுவாசிக்க முடியும். இறை உணர்வை அடைவதற்கு அப்பேர்ப்பட்ட தீவிரமான வேட்கை யைத்தான் முமுக்ஷுத்துவம் என்று அழைக் கிறோம்.''

வேட்கை என்பது இறை உணர்வை அடைய வேண்டுமென்கின்ற தகிக்கின்ற ஆசையாகும். விரும்புதல் என்பது ஆவலோடு ஆசைப்படுதல் அல்லது உன்னதமான வஸ்துக்களில் நோக்கத்தைச் செலுத்துதல் ஆகும். மானிட வர்க்கத்தின் நேர் மையான வேட்கைகள் அனைத்திலும் கடவுள் ஒருவரே உண்மையான லட்சியமாகத் திகழ்கின்றார். வேட்கை என்பது ஒருவனுடைய தற்போதைய பிடி அல்லது சாதனையைவிட உயர்ந்த ஒன்றிற்காக குறிப்பாக பண்புள்ளதும், தூய்மையானதும், ஆன்மீக சம்பந்தப்பட்டதுமாகிய ஒன்றிற்காக மனப்பூர்வமாக ஆசைப்படுதல் அல்லது மனப்பூர்வ மாக விரும்புதல் ஆகும். ஆசைப்படுதல் என்பது மேல் நோக்கி எழுதல் அல்லது மேல் நிலையை அடைதல் ஆகும். ஆசைப்படுதல் என்பது உயர்ந் ததும், நன்மை பயக்கத்தக்கதும், இதுவரை

அடையப்படாததும் பொதுவாக அதை அடைய வேண்டுமென்கின்ற முயற்சி தொடர்ந்து வருவதும் ஆகிய ஒன்றை அடைய வேண்டுமென்கின்ற மனப் பூர்வமான ஆசை அல்லது விருப்பம் ஆகும்.

அனுபந்தம்

அனுபந்த சதுஷ்டயம்

ஒரு காரியத்தைச் செய்வதற்கு அத்தியாவசியத் தேவைகளாக இருப்பதும், கவனிக்கத் தக்கதும் எண்ணிக்கையில் நான்கு. அவைகள் கூட்டாக அனுபந்த சதுஷ்டயம் என்று அழைக்கப்படுகின்றன. அவைகளாவன :—

1. விஷயம்:—பேசப்பட வேண்டிய பொருள் வேதாந்தத்தில் இது பிரம்மன்.

2. சம்பந்தம்:—வினை முழுவதற்கும் பேசப் படும் பொருளுக்கும் உள்ள தொடர்பு. இங்கு இது பிரதரிசனம். நான்கு முக்கிய சம்பந்தங் களாவன: பிரதி பாதக—பிரதிபத்ய பாவ சம் பந்தம், ஜனகாஜன்ய பாவ சம்பந்தம், கர்தவ்ய பாவ சம்பந்தம், பிராபக—பிராப்ய பாவ சம்பந்தம்.

(அ) காரியத்திற்கும் விஷயத்திற்கும் இடையே யுள்ள சம்பந்தம் பிரதிபாதக—பிரதிபத்ய பாவ சம்பந்தம். விருத்தாந்தம் பிரதிபாதகம். எடுத்துச் செல்லப்படுவது எதுவோ அது பிரதிபத்யம். கிரந்தம் பிரதிபாதகம். அதில் கூறப்படும் விஷயம் பிரதிபத்யம்.

(ஆ) கிரந்தத்திற்கும் ஞானத்திற்கும் உள்ள தொடர்பு ஜனக் - ஜன்ய பாவ சம்பந்தம். எது

உற்பத்தி செய்கிறதோ அது ஜனகம்; கிரந்தம் ஜனகம். ஏனெனில் அது விசாரத்தின் மூலம் ஞானத்தை உற்பத்தி செய்கிறது. ஞானம் ஜன்ய மாகிறது. ஏனெனில் இது விசாரத்தின்மூலம் உற்பத்தி செய்யப்படுகிறது.

(இ) அதிகாரி அல்லது தகுதி பெற்றவனுக்கும் விஷயத்திற்கும் உள்ள தொடர்பு கர்த்ரு—கர்த்தவ்ய பாவ சம்பந்தம் ஆகும். ஒரு காரியத்தைச் செய்ப வன் கர்த்ரு செய்யப்படுவது எதுவோ அது கர்த்தவ்யம் விசாரத்தைச் செய்கின்ற அந்த அதிகாரி கர்த்தா. விசாரம் கர்த்தவ்யமாக இருக்கிறது.

(ஈ) அதிகாரிக்கும் பலனுக்கும் உள்ள தொடர்பு ப்ராபக—ப்ராப்ய பாவ சம்பந்தம் எனப் படும். எவன் பலனைப் பெறுகின்றானோ அவன் ப்ரா பகம். எது அடையப்படுகின்றதோ அது ப்ராப்யம்.

3. பிரயோஜனம்:— அதைப் பயிலுவதனால் ஏற்படுகின்ற லாபம். இங்கு இது மோக்ஷம். இது இரண்டு வகைப்படும். அவைகளாவன:— பரம பிரயோஜனம் என்பது சகலவிதமான துன்பங்களை யும் அழிக்கக்கூடியதும் (சர்வ துக்க நிவ்ருத்தி) பரமானந்த ப்ராப்தியை அடையக்கூடியதுமான சுயரூபத்தை உடைய மோக்ஷம் ஆகும். துன்பங் களைப் பூரணமாக ஒழித்துவிடுவது அத்யந்த நிவ்ருத்தியாகும். அனர்த்தம் என்றால் ஒரு கேடு என்று பொருள்.

அவித்தையும் அதன் பலன்களும், ஸ்தூல, சூக்ஷ்ம உலகங்களும் மூன்று சரீரங்களும் அதாவது காரண, சூக்ஷ்ம, ஸ்தூல சரீரங்களும் இதர தர்மங் களும் அதாவது பிறப்பு இறப்பு ஆகியவைகளும் துன்பத்திற்குக் காரணமாகின்றன. ஆகவே அவை

கள் அனர்த்தம். ஆவந்தர பிரயோஜனம் என்பது பரமபிரயோஜனத்தை அடைவதற்கான நேரடியான வழியாகும் (சாட்சாத் சாதனம்). இதுதான் திரிதாபரோட்சபிரம்ம ஞானமாகும். (ஸ்திரமான நேரடியான பிரம்மஞானம் அல்லது ஜீவ பிரம்ம அபேத உணர்வு ஆகும். வாழைமரத்திலிருந்து பெறப்படுகின்ற பரம பிரயோஜனம் அல்லது உயர்ந்த லாபம் அதனுடைய பழங்கள். இடையே பழம் பெறப்படுவதற்கு முன்பு கிடைப்பது வாழை இலே. இது ஆவந்தர பிரயோஜனம்.

4. அதிகாரி:- தகுதிபெற்ற மாணுக்கன் இங்கு விடுதலேக்கான நான்கு மார்க்கங்களேயும் அதாவது விவேகம், வைராக்கியம், ஷட் சம்பத், முமுக்ஷுத் துவம் எனப்படுகின்ற சாதன சதுஷ்டயத்தை பெற்றிருப்பவனும், நிஷ்காம்ய கர்மயோகத்தின் மூலம் மனத்தின் அழுக்குகளேயும் (மலம்) உபாசனே யின் மூலம் விக்ஷேபத்தையும் (மனத்தடுமாற்றம்) போக்கியவனும், சித்த சுத்தியையும், ஏகாக்ர மனத் தையும் உடையவனும், யுக்தி (பகுத்தறிவு), சாமர்த்தியம் (திறமை), புத்தி (நுண்ணறிவு) ஆகியவற்றைப் பெற்றிருப்பவனும் ஆகிய ஒருவனேக் குறிக்கிறது. அதிகாரிகள் இரண்டு வகைப்படுவர். அதாவது க்ரிதோபாசகன், அக்ரிதோபாசகன். எவன் பூரணமான சகுண உபாசனேயைச் செய்து பூரணமான ஏகாக்ர மனத்தை உடையவனுக இருக்கின்ருனே, அவன் க்ரிதோபாசகன். அவனிடத்தில் சாஸ்திரங்களில் கூறப்பட்டுள்ள சாதனேகள் அனேத்தும் பொருந்தப்பெற்றிருக்கும். எவன் சகுண பிரம்மனே அரைகுறையாக உபாசனே செய்திருக்கிருனே அவன் அக்ரிதோபாசகன். அவனிடம் பார்சுவ மன ஒருமைப்பாடுதான் காணப்படும். அவனிடத்தில் ஒருசில சாதனேகளே கைகூடியிருக்கும். அவன் வேதாந்த கிரந்தங்களேப் படித்திருப்ப

தின் மூலம் பிரம்மனைப் பற்றிய ஞானத்தைப் பெற்றிருந்தபோதிலும் அவனிடத்தில் விபரீத பாவனை காணப்படும். அவன் இடைவிடாத, தீவிரமான தியானத்தை அப்பியசிக்க வேண்டும்.

அனுபந்த சதுஷ்டயம் என்றால் என்ன? இது வேதாந்த தர்சனத்தின் நான்குவிதக் கருத்துக்கள் ஆகும். முதலாவது வேதாந்திற்குத் தகுதியான மாணுக்கன் அல்லது அதிகாரியைப் பற்றிய வாதமாகும். மாணவனிடத்தில் சாதன சதுஷ்டயத்தில் கூறப்பட்டுள்ள போதுமான யோக்கியதாம்சங்கள் இருக்க வேண்டும். இரண்டாவது விஷயம் அல்லது வேதாந்தத்தின் முக்கிய கருத்தைப் பற்றிய தர்க்கம், பேசப்படுகின்ற விஷயம் பிரம்மன் அல்லது பரம பொருள். மூன்றாவது கருத்து சம்பந்தம் அல்லது விஷயத்திற்கும் கிரந்தத்திற்கும் உள்ள தொடர்பு; அதாவது விஷயத்தின் தொடர்பான பிரதரிசனம். நான்காவது பலன் அல்லது வேதாந்தத்தைப் பயிலுவதால் ஏற்படுகின்ற லாபம். இங்கு பலனாக இருப்பது மோக்ஷம் அல்லது விடுதலை.

பிரம்மார்ப்பணம்

இருபது ஆன்மீக போதனைகள்

ஸ்ரீ சுவாமி சிவானந்தா

1. நான்கு மணிக்கு எழுந்திருங்கள். ஜபம், தியானம் செய்யுங்கள்.

2. சாத்விக ஆகாரத்தை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். வயிறு நிறைய உணவு எடுத்துக்கொள்ளாதீர்கள்.

3 பத்மாசனம் அல்லது சித்தாசனத்தில் அமர்ந்து ஜபம் தியானம் செய்யுங்கள்.

4. தியானத்திற்கென தனி அறையை பயன் படுத்துங்கள்.

5. உங்கள் வருவாயில் பத்தில் ஒரு பங்கினை அல்லது ருபாய்க்கு பத்து பைசாக்களை தர்மம் செய்யுங்கள்.

6. தினசரி பகவத் கீதையில் ஒரு அத்தியாயம் படியுங்கள்.

7. வீர்ய சக்தியைக் காப்பாற்றுங்கள். தனியாகப் படுத்துத் தூங்குங்கள்.

8. புகை பிடித்தல், போதை தரும் பானம், உயர்தர உணவு இவைகளை விட்டுவிடுங்கள்.

9. ஏகாதசி தினம் உபவாசம் இருங்கள் அல்லது பால் பழங்களை மட்டும் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள்.

10. தினசரி 2 மணி நேரம் மௌனத்தையும், சாப்பிடும் பொழுது மௌனத்தையும் கடைபிடியுங்கள்.

11. எந்நிலையிலும் உண்மையே பேசுங்கள். கொஞ்சமாக இனிமையாகப் பேசுங்கள்.

12. தேவைகளை குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். திருப்தியாக சந்தோஷமாக வாழ்க்கையை நடத்துங்கள்.

13. மற்றவர்களுடைய உணர்ச்சிகளை புண்படுத்தாதீர்கள். எல்லோரிடமும் அன்பாக இருங்கள்.

14. நீங்கள் செய்த தவறுகளை நீங்களே சிந்தித்துப் பாருங்கள்.

15. வேலைக்காரர்களையே நம்பி இருக்காதீர்கள். சுய தேவையை நீங்களே பூர்த்தி செய்து கொள்ளுங்கள்.

16. படுக்கையை விட்டு எழுந்தவுடனும் படுக்கைக்குச் செல்லும் முன்னும் கடவுளைத் தியானியுங்கள்.

17. உங்கள் கழுத்திலோ, அல்லது சட்டைப் பையிலோ ஜபமாலை ஒன்றை வைத்திருங்கள்.

18. எளிமையான வாழ்க்கையும், உயர்ந்த எண்ணமும் வாழ்க்கையின் குறிக்கோளாகக் கருத வேண்டும்.

19. சாது, சன்யாசி, ஏழை எளியோர்களுக்கு உதவ வேண்டும்.

20. கடமையை நிறைவேற்றுவதில் ஒரு பொழுதும் பின் வாங்காதீர்கள். தினசரி ஆன்மீக நாட் குறிப்பினை எழுதி வாருங்கள்.



ஸ்ரீ சுவாமி தேஜோமயானந்தா